السيدة: رمضاء عيدوني

400 أكلة متنوعة

الطبخ الجزائري القسنطيني

أكلات أساسية و سلائط



طبعة جديدة مزيدة و منقحة



إعـــداد
السيدة: رمضاء عيدوني

الطبخ الجزائري القسنطيني

أكلات أساسية وسلائط



طبعة جديدة مزيدة ومنقحة

دار الهدى
عين مليلة * الجزائر



سلاطة الفجل

لعدة أشخاص.

المقادير:

300 غ فجل كبير، حبة بصل كبيرة، 3 حبات طماطم، 4 ملاعق زيت، 3 ملاعق خل، قليل من الملح، قليل من الفلفل الأسود مرحي، رأس ثوم، ليمون.

التحضير: يقشر الفجل ويقطع إلى شرائح رقيقة، ثم يقطع البصل إلى أبراج ويوضع الكل في إناء ويرش الخليط بالملح ويترك لمدة 30 دقيقة حتى يبرد وتذهب حرارته ثم ينظف الخليط من الملح ويوضع في قطعة قماش ويترك جانبا حتى يُجف.

ومن جهة أخرى نأخذ الزيت والخل والثوم المفروم والفلفل الأسود والملح ونخلط الكل بالشوكة حتى يتخثر قليلا الخليط ثم يصب على خليط الفجل والبصل ويوضع في صحن ويزين بشرائح من الطماطم والليمون.



سلاطة البسباس

لعدة أشخاص.

المقادير:

500 غ بسباس، قليل من الملح، وقليل من الفلفل الأسود، رأس ثوم، 4 ملاعق زيت، 3 ملاعق خل، قليل من المعدنوس، بيضتان، حبة طماطم.

التحضير: نأخذ البسباس بعد تنظيفه ثم نقطع كل رأس عموديا إلى جزئين ثم نقطعه مرة أخرى على شكل أبراج عموديا ثم يوضع في إناء حتى يجفّ.

ومن جهة أخرى نحضر الصلصة: الزيت والخل والملح والفلفل والثوم المرحي (المفروم). ونخلطه بالشوكة حتى يتخثر قليلا. ثم نصبه مع البسباس ونضع أبراج ابسباس في صحن على شكل دائري ويزين بأبراج من الطماطم وأبراج من البيض المسلوق. ويرش بالمعدنوس.

ملاحظة: يمكن تحضير البسباس المطهي بنفس الطريقة.



سلاطة الجزر (الزرودية)

لعدة أشخاص.

المقادير :

500 غ جزر، قليل من الملح، قليل من الفلفل الأسود ، 4 ملاعق زيت، ثوم، حبات زيتون، قليل من المعدنوس، 3 ملاعق خل.

التحضير: نأخذ الجزر (الزرودية) وننظفها جيدا، ثم نفرمها (نرحيها) بالماكينة أو المحك، ثم نحضر الصلصة بالزيت والخل والثوم المفروم والفلفل الأسود . حيث نمزج الكل جيدا بالشوكة حتى يتخثر ثم نسكب الخليط على الجزر ونخلطها قليلا، ثم نضعها في الصحن ونزينها بحبات من الزيتون وقليل من المعدنوس.



سلاطة الشمندر (بطراف)

لعدة أشخاص.

المقادير :

1 كلغ شمندر (بطراف)، قليل من الملح، قليل من الفلفل الأسود ، 3 ملاعق زيت،3 ملاعق خل، فصوص ثوم، معدنوس مقطع، حبات زيتون، حبتان طماطم طازجة.

التحضير: ننظف الشمندر (البطراف) جيدا ونضعه في إناء مع الماء والملح ونتركه يطهى لمدة 30 دقيقة، ثم نرفع حبات البطراف من الماء ونقشره جيدا ونقطعه إلى حلقات.

ثم نحضر الصلصة بالزيت والخل والملح والثوم المرحي والفلفل ثم نمزج الخليط جيدا بالشوكة حتى يمزج ويتخثر قليلا ثم نصب الخليط فوق الشمندر ويخلط قليلا ثم يقدم باردا مع تزيينه بالمعدنوس المقطع وحبات الزيتون وأبراج الطماطم.

سلاطة خضر

لعدة أشخاص.

المقادير:
رأس كرافس صغير، 250 غ زهرة (بروكلو)، 3 حبات جزر، حبة خيار، رأس خس صغيرة رأس فلفل حلو أحمر، حبات من الزيتون، بيضتين، حبة ليمون، قليل من صلصة الخردل (المطارد)، قليل من القشدة (الكريم فريش)، قليل من الزعتر، قليل من الفلفل الأسود، قليل من الملح.



التحضير: يقشر الكرافس ويقطع، ثم يفوّر أي (يوضع في كسكاس) مع تمليحه (وضع معه الملح)، ثم تقطع الزهرة (البروكلو) في إناء مع الماء والملح ويترك للغليان مدة 5 دقائق، ثم يصفى من الماء جيدا. ثم يسلق البيض ويقشر ويقطع إلى أبراج، ثم تقشر حبات الجزر نية وتبرش بالحك وترش بعصير الليمون، ثم تضيف الطماطم مع تقطيعها إلى أبراج، وينظف الخيار دون تقشيره، ويقطع إلى دوائر رقيقة، ثم ينظف رأس الفلفل الأحمر وتنزع منه البذور ويقطع إلى دوائر، ثم تنظف الخس، ويترك أوراقه كاملة. ثم تقطع حبات الزيتون إلى نصفين مع نزع النوى، وتمزج القشدة (الكريم فريش) وصلصة الخردل (المطارد) والليمون. امزجي الخليط جيدا ثم ضفيه إلى الخضر.

للتقديم: يفرش الخس في الصحن ثم توضع الخضر بجانب بعضها البعض مصفوفة داخل الصحن وتزين في الوسط بالبيض والطماطم، وترش بالزعتر والمعدنوس.

سلاطة الخيار

لعدة أشخاص.

المقادير:

1 كلغ خيار، نصف كلغ طماطم، نصف ملعقة ملح، قليل من الفلفل الأسود، 3 ملاعق زيت، 2 ملاعق خل، قليل من المعدنوس، قليل من الثوم.

التحضير: يقشر الخيار وينظف ويقطع إلى دوائر، ثم يوضع في صحن ويرش بالملح ويترك لمدة ربع ساعة (15 دقيقة) ثم ينظف مرة أخرى وبعد ذلك يصفى ويوضع في قطعة قماش ليجف، ثم تأخذ الطماطم وتنظف وتقطع إلى دوائر تضاف إلى الخيار ثم تحضر الصلصة بالزيت والخل والملح والفلفل الأسود حيث نخلط الكل بالشوكة حتى يتخثر ثم تصبه على الخيار والطماطم ثم يوضع في صحن ويرش بالمعدنوس المقطع.



سلاطة البطاطا

لعدة أشخاص.

المقادير:

نصف كلغ بطاطا، حبتان طماطم، الملح، فلفل (أسود)، رأس ثوم صغير، 4 ملاعق زيت، و3 ملاعق خل، وربطة معدنوس.

التحضير: ضعي البطاطا في إناء مع الماء فوق نار متوسطة مع إضافة الملح واتركيها مدة زمنية حتى تطهى، ثم قشريها وقطعيها إلى أبراج مع تقطيع الطماطم إلى شرائح.

حضري الصلصة بالزيت والخل والملح والفلفل والثوم، حيث تخلط جميعا حتى تتخثر باستعمال الشوكة لمدة زمنية ثم صبيها فوق البطاطا والطماطم ثم تقدم مزينة بالمعدنوس المقطع.



سلاطة الطماطم

لعدة أشخاص.

المقادير:

نصف كلغ طماطم، قليل من السردين المصبر، قليل من الملح، قليل من الفلفل الأسود ، فصوص ثوم، 4 ملاعق زيت، 3 ملاعق خل، قليل من المعدنوس، حبات فجل.

التحضير: ننظف الطماطم ونقطعها إلى أبراج، ثم نأخذ الفجل ونقطع كل حبة منه على شكل وردة مشكلة من قطع صغيرة متصلة في الأسفل بدون ما تنزع القشرة، ثم نحضر الصلصة بالزيت والملح والثوم المفروم والخل ثم نخلط الكل بشوكة حتى تتخثر قليلا ثم نصب الصلصة على الطماطم والسردين ونزين الصحن بورود الفجل ورشات من المعدنوس.



سلاطة الكرنب

لعدة أشخاص.

المقادير:

رأس كرنب (كرم) صغير، فصوص ثوم، ملح، قليل من (الطون)، قليل من المعدنوس، 4 ملاعق زيت، 3 ملاعق خل، شمندر (بطراف)، جزر.

التحضير: ننظف الكرنب ونقطعه ونملحه، ثم يترك جانبا لمدة ساعة، وبعد ذلك ينظف بالماء البارد ويوضع في قطعة قماش ليجف، ويفرم البطراف المسلوق والجزر.

نحضر الصلصة بالزيت والخل والملح والثوم المرحي، والفلفل الأكحل، ثم نخلط بالشوكة حتى يتخثر. ثم يوضع الشمندر (البطراف) والجزر في الصحن ثم نحضر الكرنب في صحن ونسكب عليه الصلصة ونزينه (بالطون) والمعدنوس.



سلاطة فلفل حلو

لعدة أشخاص.

المقادير:

نصف كلغ فلفل حلو، 4 حبات طماطم، 3 رؤوس فلفل حار، 4 ملاعق زيت، 3 ملاعق خل، قليل من المعدنوس، قليل من الملح، فصوص ثوم.

التحضير: يشوى الفلفل والطماطم والفلفل الحار، وتنظف كلها ثم تقطع إلى قطع صغيرة بعد تقشيرها. ثم نحضر الصلصة بالثوم والملح، والزيت والفلفل الأسود ، والخل حيث يخلط الجميع بالشوكة، ونصب الصلصة مع خليط الخضر ونزينه بفروع من المعدنوس وحبات من الزيتون.



سلاطة الكرنب

لعدة أشخاص.

المقادير:

رأس كرنب (كرم) صغير، فصوص ثوم، ملح، قليل من (الطون)، قليل من المعدنوس، 4 ملاعق زيت، 3 ملاعق خل، شمندر (بطراف)، جزر.

التحضير: نظف الكرنب ونقطعه ونملحه، ثم يترك جانبا لمدة ساعة، وبعد ذلك ينظف بالماء البارد ويوضع في قطعة قماش ليجف. ويفرم البطراف المسلوق والجزر.

نحضر الصلصة بالزيت والخل والملح والثوم المرحي، والفلفل الأكحل، ثم نخلط بالشوكة حتى يتخثر. ثم يوضع الشمندر (البطراف) والجزر في الصحن ثم نحضر الكرنب في صحن ونسكب عليه الصلصة وتزيته (بالطون) والمعدنوس.



سلاطة فلفل حلو

لعدة أشخاص.

المقادير:

نصف كلغ فلفل حلو، 4 حبات طماطم، 3 رؤوس فلفل حار، 4 ملاعق زيت، 3 ملاعق خل، قليل من المعدنوس، قليل من الملح، فصوص ثوم.

التحضير: يشوى الفلفل والطماطم والفلفل الحار، وتنظف كلها ثم تقطع إلى قطع صغيرة بعد تقشيرها. ثم نحضر الصلصة بالثوم والملح، والزيت والفلفل الأسود، والخل حيث يخلط الجميع بالشوكة، ونصب الصلصة مع خليط الخضر ونزينه بفروع من المعدنوس وحبات من الزيتون.



سلاطة الطماطم محشية بالبيض

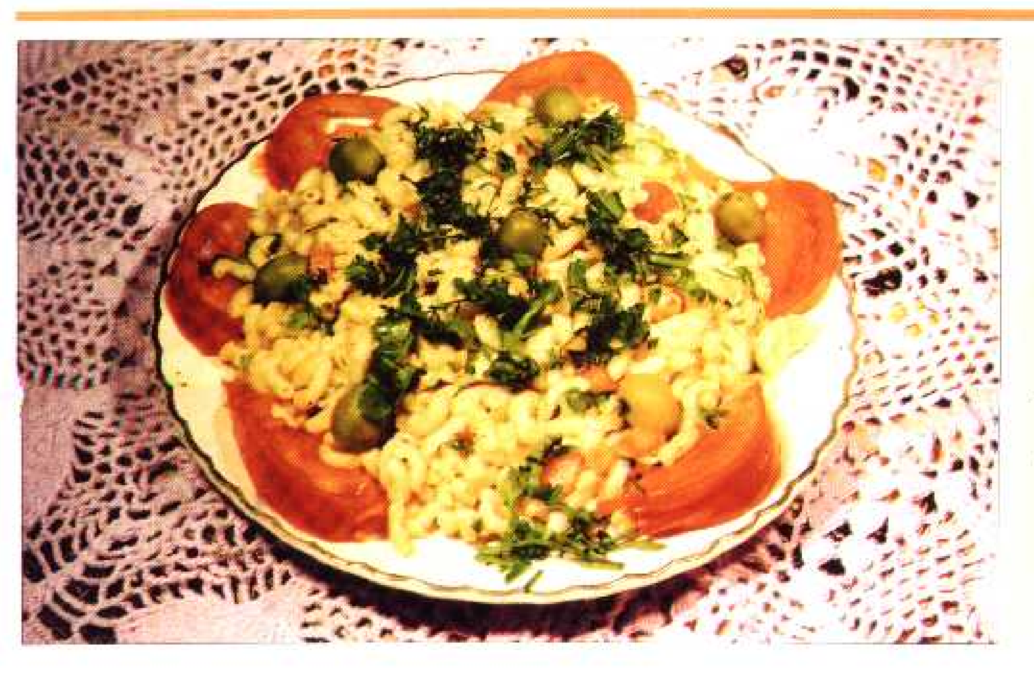
لـ 5 أشخاص.

المقادير:

حوالي 6 حبات طماطم متساوية الحجم، ملح، فلفل أسود، معدنوس، كسبر، بيضتان، علبة طون زيت، خل، قليل من المايونيز.

التحضير: نأخذ حبات الطماطم نفرغها من محتواها الداخلي ثم نرشها بالملح والزيت والخل ثم نضعها في الثلاجة لمدة ساعتين.

من جهة أخرى نأخذ البيضتين المسلوقتين والمفرومتين فرما ناعما ونمزجهما بالكسبر المقطع والمايونيز وعلبة الطون ونخلط الكل جيدا ثم نملأ حبات الطماطم بهذا الخليط ثم نضع فوق كل حبة طماطم قطعة ليمون أو قطعة طماطم وتقدم باردة مزينة بورق الريحان.



سلاطة معكرونة مع الجبن

لعدة أشخاص.

المقادير:

كمية من المعكرونة، ملح، كمية جبن، قطعة من صدر الدجاج ناضجة، حبات طماطم حمراء، قليل من المايونيز، حبات زيتون، كمية ريحان، فلفل أسود، جزر.

الكيفية والتحضير: نغلي المعكرونة في الماء، ثم نصفيها ونتركها جانبا ومن جهة أخرى نفرم الجبن ونفتت فيه صدر الدجاج.

ثم نخلطهما مع بعض ونصبهما مع المعكرونة ونضيف المايونيز ونخلط الكل جيدا، ثم نزيّنها بحبات الطماطم المقطعة وحبات الزيتون، وحبات الجزر المقطعة، وأخيرا المعدنوس المفروم. وتقدم الأكلة ساخنة، أو باردة.



سلاطة الأرز

20 دقيقة

لعدة أشخاص.

المقادير:

كأس أرز مسلوق، كمية من الكروفات (الجمبري)، ملح، فلفل أسود، مايونيز، صفار بيض، معدنوس، جبن، عصير الليمون، جزر.

كيفية التحضير: نخلط الأرز المسلوق مع (الجمبري) الكروفات المقلي، ثم نضع الفلفل والملح والمايونيز ونخلط الكل ثم نزين الصحن بالمعدنوس والجزر المفروم.



سلاطة الخس

لعدة أشخاص.

المقادير:

رأس خس كبير، 3 بيضات، حبات زيتون، حبة طماطم كبيرة، قليل من الملح، 4 ملاعق زيت، 3 ملاعق خل، قليل من (المايونيز)، فصوص ثوم.

التحضير: ننظف الخس ونضعه في قماش ليجف، ثم نحضر الصلصة بالزيت، والخل، والملح، والثوم المفروم، ونخلط بالشوكة مدة زمنية، ثم نصب الخليط فوق الخس وأبراج الطماطم ونزين الصحن بورقات من الخس وأبراج الطماطم وأبراج البيض مع وضع حبات الزيتون فوق الخس متفرقة.

سلاطة الإجاص



لـ 4 أشخاص.

المقادير:

1/2 كغ إجاص، رأس خس فريزي مشوك، كرنب بنفسجي، جبن، خل، ملح، فلفل أسود، زيت الزيتون.

التحضير: ينظف الإجاص ويقشر ويعصر عليه الليمون ويقطع إلى أبراج وتنظف الخس والكرنب، نفرش الخس في الصحن وترتب الأبراج ثم نضع الكرنب من فوق ونضيف أيضا الجبن ونصب عليها الخل وتقدم باردة.

سلاطة خس محشي





لـ 5 أشخاص.

المقادير:

رأس خس، 250غ لحم مفروم، حبة بصل، فص ثوم، 3 حبات طماطم، ملح، فلفل أسود، 4 ملاعق زيت، 4 ملاعق أرز.

التحضير: نغلي الماء نضع فيه الخس لمدة 5د، ثم نخرجها نتركها تنشف ومن جهة أخرى نفرم البصل والثوم ونرميهما في مقلاة ونصب عليهما الزيت ثم نضعهما فوق النار وننظف اللحم و نتبلها بالفلفل الأسود، والملح ونتركها حتى تطهى ثم نأخذ أوراق الخس ونضع فيها الخليط ونلفها حتى نكمل كل أوراق الخس ونضع الزيت في المقلاة ونرمي فيها الطماطم المفروم ونتركها حتى تذبل لمدة 5د ثم نرمي الخس المحشي فيها ونتركها في الطماطم حتى تتشربها كلها.

سلاطة الخيار بالياؤورت

ل 4 أشخاص.

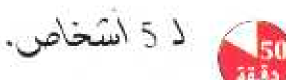


المقادير:

3 حبات خيار، ملعقة كبيرة ملح خشن، قطعتا جبن، زيتون أسود، علبة ياؤورت طبيعي، 2 ملاعق قشدة (crème fraîche)، حبة ليمون، 2 ملاعق زيت زيتون، فلفل أسود.

التحضير: يقشر الخيار ويقطع إلى قسمين، وننزع البذور ونقطعه على شكل أبراج وتملح ونتركها ترتاح لمدة 1/2 ساعة، حتى يخرج منها الماء ثم يغسل وينشف في قطعة قماش نضعه يقطر لمدة ساعة، ومن جهة أخرى يقطع الجبن إلى مكعبات ثم نعصر حبة ليمون ونضيف الياؤورت والزيت وفي إناء آخر نخفق جيدًا ثم نضيف الملح والفلفل الأسود وتضيف ملعقتين من القشدة (الكرام فراش) وتخلط ثم نصب فوق الخيار المقطع إلى أبراج ونزين بالفلفل الأسود والجبن وحبات الزيتون الأسود.

سلاطة جزر بالدرسة




ل 5 أشخاص.



المقادير:

كلغ جزر (الزرودية)، رأس ثوم، نصف ملعقة صغيرة هريسة، نصف ملعقة صغيرة ملح، فلفل أسود، فلفل أحمر، كروية، ثلاث ملاعق زيت، ملعقتان كبيرتان خل.

التحضير: اختاري حبات الجزر الطويلة اللينة قشريها واغسليها ثم قطعيها إلى حلقات صغيرة. هيئي مسحوقًا من الثوم وجميع التوابل التي جاءت في المقادير ضعي الجزر في قدر ثقيل وصبي فوقها المسحوق والزيت والهريسة ونضيف لترًا من الماء واتركي الكل فوق نار ضعيفة لمدة نصف ساعة حتى ينضج الجزر ويتبخر المرق. وفي الأخير اضيفي الخل واتركي الطبق يغلي بعض الدقائق ثم أطفئي النار.

تقدم الأكلة باردة كمدخل.



سلاطة بيض محشي

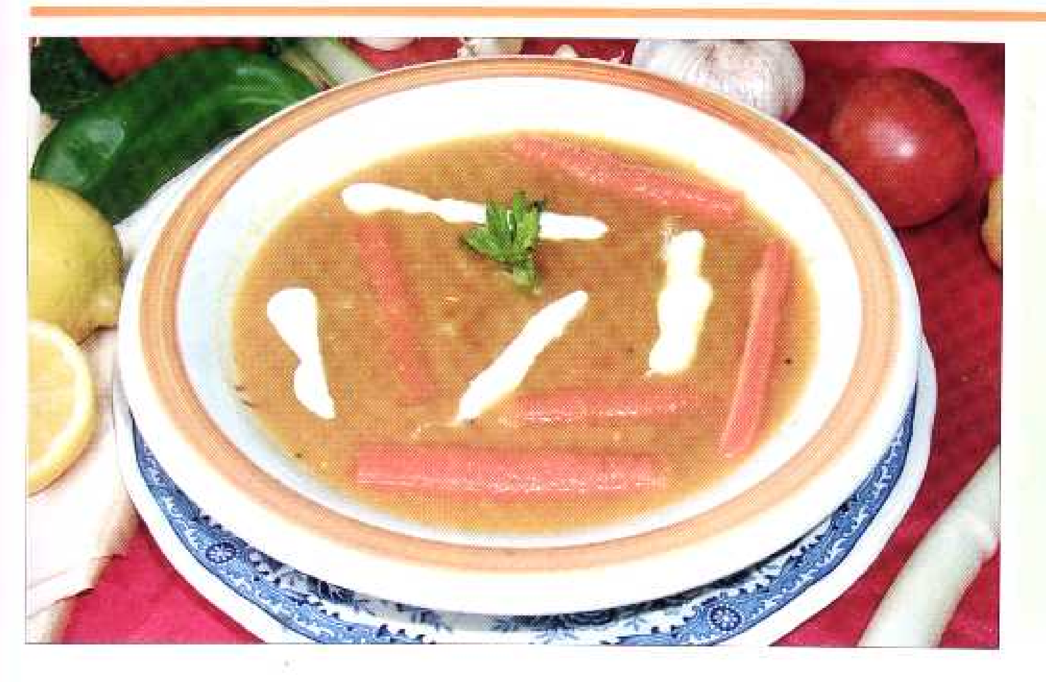


لـ 4 أشخاص.

المقادير:

6 بيضات، ثلاث ملاعق كبيرة مايونيز، قليل من ملح، قليل من الزيتون، معدنوس، كاشير.

التحضير: أسلقي البيض واتركيه يبرد في الماء ثم قشريه واقسمي كل بيضة إلى إثنين بالطول وانزعي منها الصفار ثم اسحقيه بالشوكة وأضيفي له قرصة ملح وامزجي ثم أعيدي حشو بياض البيض المسلوق بخليط الصفار والمايونيز والكاشير. زيني وجه أنصاف البيض بالمعدنوس المهشم والكاشير.



صلصة الجزر



لـ 4 أشخاص.

المقادير:

1 كلغ جزر، كأس من مرق الدجاج، لترين من الماء، ربطة كسبر (دبشة)، ملعقة زبدة، قشدة طرية، ملح، فلفل أسود.

التحضير: نقشر الجزر ثم نقطعه إلى قطع صغيرة ثم نضعه في القدر ونصب عليه لترين من الماء والملح ونتركها تطهى، ثم نضيف الدبشة ونتركها قليلا ثم تصفى من الماء ونفرمها هي والدبشة مع إضافة كأس من مرق الدجاج حتى تفرم فرمًا ناعمًا وقبل التقديم نضيف الزبدة والقشدة ونضيف الملح والفلفل الأسود وتقدم مزينة بريش الكسبر وحبات جبن مقطعة بالطول.

ملاحظة: يمكن تعويض القشدة بالجبن أو PETIT SUISSE



صوربي الطماطم

لعدة أشخاص.

المقادير:

500 غ طماطم أو نصف علبة طماطم مصبرة، بياض بيضة، ملح، فلفل أسود، حبتين من البسباس.

التحضير: نقشر الطماطم وننزع البذور أو علبة طماطم ونفرمها مع الملح والفلفل والبسباس ونخفق بياض البيضة ونضيفه إلى خليط الطماطم ونضعه في قالب وندخله الثلاجة ونقدمه كمقبل.



العجينة السريعة

la pâte expresse



لـ 4 أشخاص

المقادير:

حبتين جزر، رأس فلفل حلو أحمر، عصير حبة ليمون، 2 ملاعق قشدة طرية ‹crème fraîche› 300 غ معكرونة قصيرة، فلفل أسود، 3 ملاعق من الذرة المرطبة، 50 غ كاشير.

التحضير: نضع قدرا به الماء ونضيف ملعقة زيت ونصف ملعقة ملح وذلك بعد غليان الماء نضيف المعكرونة تطهى لمدة 15 دقيقة.

صلصة الليمون: نأخذ إناء نضع عصير حبة الليمون ونخفق جيدًا بالشوكة نضيف قطرات من الزيت حتى تصبح مثل المايوناز يقطع الكاشير بالطول ويوضع في صحن، ثم نضيف الذرة ونقطع الفلفل كذلك بالطول ونبرش الجزر في محك البصل وبعد ذلك نضيف الصلصة للمعكرونة ونضيف الكرام فراش ونخلط جيدًا ثم نضيف الخضر والكاشير ونصب فى الصحن وتقدم باردة.



سلاطة زهرات القرنون

لـ 4 أشخاص.

المقادير:

ستة حبات قرنون، كأس أرز، ثلاث ملاعق أكل مايونيز، ربطة معدنوس، حبات زيتون، عصير حبة ليمون.

التحضير: ننظف الأرز ونسلقه في الماء والملح حتى ينضج نصفيه من الماء ونتركه يبرد تماما بعدها نضيف له المايونيز والمعدنوس ثم نطهي حبات القرنون انزعي الأوراق الخارجية واحتفظي بالأوراق الداخلية بعد ذلك نقوم بفتحها حتى تصبح حبات القرنون على شكل زهرات، بعدها ننزع اللب وننظفها جيدًا ثم نملأ قلوب القرنون بخليط الأرز والمايونيز ثم نعصر فوق كل زهرة قليلا من الليمون ونزينها بحبات الزيتون.



مجبنة بالدجاج



لـ 5 أشخاص

المقادير:

4 صدور دجاج، ملعقتين زيت، ملعقة زبدة، ملح، فلفل أسود، 100غ فرماج (جبن)، كأس خبز مرحي، 4 بيضات، ماء.

التحضير: نأخذ صدور الدجاج وننظفها جيدًا وندعكها بالملح ونضعها في القدر ونضيف الملح والبصل والزبدة والفلفل ونصف كأس ماء ونترك الكل يتقلى لمدة 5 دقائق ثم نمرق بـ 1/2 لتر من الماء حتى يطهى الكل نطفئ النار ونخرج الصدور ونفتتها ونضعها في إناء ونضع الخبز المرحي والبيض وملعقتين من المرق والجبن ونخلطها جيدا وندهن قالب الفرن ونضع فيه الخليط وندخله الفرن حتى يجمد الكل ويصبح لونه أحمر ونقطعه على شكل مربعات ونقدمها مزينة بالمعدنوس والليموں.



بطاطا محشية بالجبن



30 دقيقة — لـ 5 أشخاص.

المقادير:

رطل بطاطا مفرومة، 2 حبات بيض، علبة طون (تونا)، معدنوس، بصل، جبن، فرينة، خبز مرحي، فلفل أسود.

التحضير: نأتي بوعاء نضع فيه البطاطا المفرومة نضيف لها الطون والمعدنوس المقطع والبصل ونتبلها بالملح والفلفل الأسود ونخلط الكل مع بعض ثم نخفق البيض ثم نضيفه إلى الخليط حتى نتحصل على عجين نكون منها دوائر مبرومة نعمل ثقب لكل واحدة ونحشيها بقليل من الجبن نغلق الثقب ونغمرها في الفرينة ثم البيض ثم الخبز المرحي ونقليه في الزيت الساخن نضعها في صحن ونزينها بالمعدنوس وقطع الليمون.



فريقشات البطاطا في الفرن



30 دقيقة — لـ 4 أشخاص

المقادير:

500 غ بطاطا، ملح، فلفل أسود، معدنوس، خبز مرحي، نصف كأس زيت وزبدة ممزوجين.

التحضير: ننظف البطاطا ونضعها في القدر تغلي لمدة 10 دقائق، ثم نصفيها من الماء ونقشرهاو ونقطع الحبة إلى مكعبات ثم نبرشها بالشوكة من كل الجوانب. ثم نرش عليها الملح والفلفل الأسود بعد ذلك نصب الزيت والزبدة في إناء الفرن ونرش الخبز المرحي والبطاطا ثم ندخلها إلى الفرن حتى تطهى وتحمر ونرشها بالمعدنوس.

سلاطة الكرنب بالمايونيز



ل 4 أشخاص.

المقادير:

رأس كرنب، ملح، خل، مايونيز، زيتون، بصلة صغيرة.

التحضير: غلي الماء في طنجرة ثم إرفعيها من على النار ثم أضيفي الملح وملعقتين من الخل ثم أضيفي رأس كرنب بعد أن تكوني قطعتيه مثل سلاطة الخس، وأغطسيه جيدًا وأخلطيه ثم ضعيه في كسكاس وافرغي عليه الماء البارد وقطريه، رتبيه في صحن تقديم وقطعي عليه البصلة واسقيه بمرق الخل أو الليمون واخلطيه بالميونيز وزينيه بالزيتون.

سلاطة القرنون

ل 5 أشخاص.

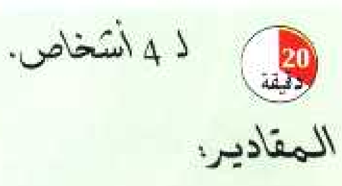
المقادير:

1 كلغ قرنون، 4 ملاعق زيت، قليل من الملح، فلفل أكحل، 3 ملاعق خل.

التحضير: يوضع القرنون في القدر مع الماء والملح ويترك فوق نار متوسطة حتى يطهى.

تحضير الصلصة: الزيت، الملح، الفلفل، والثوم المفروم (مرحي) وتخلط بالشوكة حتى يتخثر الخليط. ثم يصفى القرنون وتقسم حبات القرنون إلى نصفين (كل حبة) ويوضع في الصحن وتصب فوقه الصلصة ويقدم وقت الغذاء أو العشاء .

قريقشات الدجاج



ل 4 أشخاص.

المقادير:

250غ قطع لحم دجاج مطهية، ملعقتين من الجبن المفروم، ملعقة زبدة، قليل من الخبز المرحي، بيضة، ملعقة فرينة، فلفل أسود، ملح، كأس زيت.

التحضير: نفرم الدجاج ونضيف له الجبن المفروم والملح والفلفل الأسود وملعقة زبدة ثم نشكلها على شكل دوائر ثم نغمسها في الفرينة ثم نغمسها في البيض ثم في الخبز المرحي ونقليها في الزيت الساخن ونقدمها مع السلطة.

شرائح الدجاج



لـ 4 أشخاص.

المقادير:

فخذ وصدر دجاج، كبدة وزوائد، حبتين من البصل، ثوم، رند، فلفل أسود، ملح، 125غ زبدة.

التحضير: نضع قطع الدجاج مع الكبدة في طنجرة نتبلها بقليل من الملح والفلفل الأسود ثم نفرم عليها البصل والثوم ونضيف لها قطعًا من الزبدة ونضع الطنجرة على نار هادئة بعد أن تطهى ننزع العظم ونفرم قطع الدجاج في المرق ونضعها في قالب ونضعها في الثلاجة ونرص جيدًا اللحم.

حلقات البصل بالفرينة



لـ 5 أشخاص.

المقادير:

بصلتان كبيرتان مفرومتان ناعمًا، بيضة مخفوقة، ملعقة كبيرة من الفرينة، نصف ملعقة صغيرة من الملح، نصف كأس من الدقيق، بيضتان مخفوقتان، خبز مرحي، زيت، الفلفل الأسود.

التحضير: نفرم البصل ناعمًا ثم نعصره لإخراج الماء منه ثم نضيف الفرينة، والبيضة والملح وفلفل أسود ثم نخلط الجميع جيدا حتى تتكون عجينة متماسكة ثم نشكل كويرات ونغمسها في الدقيق (الفرينة) ثم البيض ثم الخبز المرحي بعد الانتهاء من الكمية نضعها في الثلاجة لمدة نصف ساعة ثم نقليها في زيت ساخن حتى تتحمر.

قالب بروكلو بالجبن والليمون



لـ 5 أشخاص.

المقادير:

نصف كلغ بروكلو، 3 بيضات، ملح، فلفل أسود، ملعقتين، جبن مفروم، ملعقة معدنوس، حبتين ليمون، ملعقة خل، ملعقة زبدة.

التحضير: تنظف البروكلو جيدًا بالماء والخل ثم نغليه في الماء والملح ثم يصفى ويفرم بالشوكة ويضاف له الجبن والفلفل الأسود والملح والبيض والمعدنوس ثم ندهن القالب ونصب خليط البروكلو وندخله إلى الفرن حتى يجف ويطهى ثم ننثر عليه قطع الزبدة ونقدمه مزيّنا بشرائح الليمون.

كاشير بالأرز



لعدة أشخاص.

المقادير:

كأس أرز، ملح، فلفل أسود، 3 بيضات، ثوم، زيتون، كمون، قطعة جمبو (بقري).

التحضير: نسلق الأرز ونصفيه من الماء ثم نضيف له القليل من الملح والفلفل الأسود والكمون ونفتت قطعة الجانبو ثم نفرم عليه الثوم ونخلطه ثم نضيف الزيتون الأخضر والبيض ونواصل الخلط ونضع الكل في كيس سباقيتي ونربطه من الجهتين ونضع الكيس في ماء مغلي لمدة ساعة وبعد إخراجها توضع لتبرد ويقطع إلى حلقات.

ملاحظة : يمكن إضافة اللحم المفروم

كرات التونة المحمرة



لـ 4 أشخاص

المقادير:

ست ملاعق كبيرة خبز جاف مطحون، ثلاث ملاعق كبيرة كريمة طرية، ملعقتان كبيرتان خل أبيض، علبة تون كبيرة مصفاة من الزيت، بيضتان مخفوقتان، فص ثوم كبير مطحون، قليل من المعدنوس، كمون، ملعقة صغيرة كسبرة جافة، ملح، فلفل، دقيق لتغليف الكرات، ثلاث ملاعق كبيرة زيت الزيتون.

التحضير: في وعاء عميق امزجي الخبز الجاف المطحون والكريمة والخل حتى يتبل الخبز، أضيفي التون والبيض والثوم والمعدنوس والبصل والتوابل والملح شكلي من الخليط كرات بحجم البيضة مرغيها في الفرينة، سخني الزيت فوق نار متوسطة ثم حمري كرات التون وقدميها ساخنة مع الأرز.

عصيدة البطاطا بالجبن



لـ 4 أشخاص

المقادير:

4حبات بطاطا كبيرة، 100غ زبدة، ماء، 100غ كشير، قليل من الملح، فلفل أسود، كرافس، معدنوس، ورق الثوم الأخضر، 100غ جبن (الفرماج).

التحضير: ننظف البطاطا ونتركها بدون تقشير، نفرش الملح على صينية فرن ونضع فوقه البطاطا وندخلها إلى الفرن الساخن لمدة ساعة ومن الأفضل أن نغطيها بورق الألمنيوم (aluminium)، ومن حين لآخر ندخل فيها رأس السكين للتأكد من طهيها جيدًا،وعندما تطهى جيدًا نفرغها من اللب ونحتفظ به لكي نصنع الخليط التالي : نضع اللب في صحن نرش عليه الملح والفلفل الأسود نضيف الزبدة والفرماج (الجبن) ومكعبات الكاشير والأعشاب المقطعة المذكورة في المقادير ونخلط الكل بالشوكة ثم نعمر بهذا الخليط جوف البطاطا.

ملاحظة : إذا كانت البطاطا جافة نضيف لها الحليب أو الكرام فراش.

سلاطة الكرافس

لعدة أشخاص.

المقادير:

رأسين كرافس كبار، خل، ملح، مطارد، صلصة مايونيز، قليل من التفاح، ليمون، كسبر، معدنوس، ديشة.

للتزيين: قطع بطراف مغلي، قطع بطاطا مغلية.

التحضير: نأخذ الكرافس وننظفه ونقطعه إلى مربعات ونرش بالخل والزيت والمطارد ونتركها ساعة كاملة ترتاح، ثم نأخذ قطع التفاح ونصب عليها عصير الليمون ونخلطها جيدا مع المايونيز ونضع الكل في صحن ونزين الصحن في الوسط بالمعدنوس والديشة ثم بحلقات البطاطا والبطراف.

وردات بيض

15 دقيقة — لـ 5 أشخاص.

المقادير:

4 بيضات، ملح، فلفل أسود، معدنوس مقطع، رأس ثوم، قليل من الزيت. قطعة زبدة صغيرة.

التحضير: نغلي البيض ونقطعه إلى نصفين (بالطول)، ومن جهة أخرى نضع صفار البيض في خلاط كهربائي ونفرمه مع قطعة الزبدة ثم نشكل من الخليط وريدات صغيرة ونملأ (نحشو) بها قطع بياض البيض.

نكون صلصة الطماطم حيث تقشر حبات الطماطم وتقطع ونضيف لها الزيت والملح والثوم المفروم والمعدنوس المقطع ونضعها لتطهى ويجف منها الماء، ثم نصبها في صحن ونزينها بأنصاف بياض البيض المحشي بالوريدات. وتقدم مزينة بالمعدنوس المقطع.

بيض مغلي بالمايونيز

15 دقيقة — لـ 5 أشخاص.

المقادير:

4 بيضات مغلية، الثوم معدنوس، حبتين من الطماطم.

كيفية تحضير المايونيز: يحضر المايونيز بالزيت الصافي والمطارد. وصفار بيضة، والخل، والملح. والثوم، وقليل من السكر، والمعدنوس ونضع الكل في خلاط كهربائي ليصبح المايونيز سائل.

التحضير: نضع المايونيز في صحن. ثم نقطع البيض المغلى إلى شرائح ونقطع الطماطم إلى أبراج. ثم نضع وسط الصحن شرائح بيض وأبراج الطماطم ونزين الصحن في الأخير بالطماطم على الجوانب ونرش عليها المعدنوس.

سردين محشي بالجبن

لعدة أشخاص.

المقادير:

1/2 كلغ سردين، جبن مرحي، ملح، ثوم، كمون، فلفل أسود، بيض، فرينة، زيت.

الكيفية والتحضير: ينظف السردين وينزع شوكه، ثم نفرم الثوم والملح والجبن، والكمون والفلفل وتمزج الجميع جيدا ثم نحشي به السردين وفي الأخير نغمسه في الفرينة ثم في البيض ونقليه في الزيت الساخن.

سلاطة بالنعناع

لـ 4 أشخاص.

المقادير:

2 فلفل حلو، حبتان كوسة، (جريوات)، حبتان بصل أخضر، نعناع مقطع، 6 ملاعق زيت، ملعقتين خل، قليل من المطارد، ملح، فلفل أسود.

التحضير: ننظف جميع الخضر ونقطعها بالطول ثم نغليها مع الملح والماء وبعدها نصفيها جيدا.

ومن جهة أخرى يقطع النعناع ويخلط بالزيت والخل والمطارد والملح، والفلفل الأسود ونخلط الجميع جيدا في خلاط كهربائي ونصب الخليط فوق الخضر ونصبها في صحن وتزين بالنعناع.

سلاطة الجلبانة بالدجاج

لـ 6 أشخاص.

المقادير:

2 رؤوس فلفل أحمر حلو، قطع من صدر الدجاج، قليل من الجلبانة، ملح، فلفل أسود، خل، زيت، قليل من المطارد، قليل من الجبن، حبات طماطم، حبات بيض مسلوق.

التحضير: نقوم بشواء الفلفل ويقشر ويقطع ويقلى في الزيت والملح، ثم نأخذ الجلبانة ونغليها في الماء مع الملح ثم تصفى وتخلط مع الفلفل وقطع الدجاج مشوية ثم نخلط الزيت والملح والفلفل الأسود والمطارد ونصب هذا الخليط فوق اللحم والفلفل والجلبانة.

نزين هذه السلطة بحلقات الطماطم على الجوانب، وحلقات البيض في وسط الصحن، ثم نضع فوقها حبات جلبانة.

سلاطة الخرشف

لعدة أشخاص.

المقادير:

نصف ربطة خرشف، نصف ملعقة ملح، قليل من الفلفل الأسود ، 3 ملاعق خل، زيت.

التحضير: يوضع الخرشف في الماء حتى الغليان مع الملح وهذا بعد تقشيره، ثم يوضع ليطهى وبعد الطهي يترك ليجف من الماء، ثم يقطع إلى قطع صغيرة.

الصلصة: تحضر بالزيت والملح والخل والثوم والفلفل الأكحل، نخلط جميع المواد بالشوكة حتى يتخثر ثم صبي الخرشف داخل الخليط ويمزج جيدا.
ثم تقدم السلطة مع العشاء، أو وجبة الغذاء .

سلاطة الفلفل المفروم (المرحي)

لعدة أشخاص.

المقادير:

نصف كلغ فلفل حلو، 4 رؤوس فلفل حار، 4 حبات طماطم، رأس ثوم، 4 ملاعق زيت، 3 ملاعق خل، قليل من الملح ومثله من الفلفل الأسود، قليل من المعدنوس.

التحضير: نشوي الفلفل الحلو والحار، ثم نشوي الطماطم، ثم نقشرها جيدا، وننظفهم، ثم نفرم (نرحي) الكل مع بعضه. نحضر الصلصة بالزيت والملح، والخل، والفلفل الأكحل، ونصب الكل مع الخليط، ونزين بالمعدنوس المقطع.

سلاطة البسباس بالروجي

لعدة أشخاص.

المقادير:

نصف كلغ بسباس، قطعة زبدة، حبتين ليمون، نصف كلغ روجي، ملح، فلفل أسود، زيت.

التحضير: ينظف البسباس، ويوضع كاملا في إناء مع الماء والملح، حتى يطهى لمدة 15 دقيقة، ثم يصفى ويقطع رقيقا، ثم نضع الزبدة في المقلاة ونرمي البسباس.

ثم ننظف الروجي ونقطعه إلى نصفين ونملحه ونقليه في المقلاة مع البسباس وعندما ننتهي نأخذ الزيت والملح والفلفل والليمون ، ونخلط الكل جيدا ونصب الخليط على البسباس بعد وضعه في صحن واسع.

حلقة خبز بالجبن



لـ 5 أشخاص.

المقادير:

1/4 ل ماء، ملح، 150 غ فرينة، 50 غ زبدة، 80 غ جبن من أي نوع، 3 بيضات، صفار بيضة.

التحضير: نأخذ وعاء نضع فيه الماء والملح ونتركه يغلي ثم نضيف الفرينة حتى تشرب كل الماء ثم نترك الكل ليبرد قليلا. وبعدها نضيف البيض واحدة تلو الأخرى ثم نضيف الجبن المقطع إلى مكعبات، ونخلط الكل جيدا ونتركه جانبا.

نأخذ صينية وندهنها بالزبدة، ثم نضع فيها الخليط بعد أن يشكل على شكل حلقة كبيرة ويدهن بصفار البيض وندخل الصينية إلى الفرن ونتركها لتطهى مدة 30 دقيقة على نار قوية.

ملاحظة: لا نفتح باب الفرن أثناء الطهي

الخبز مع البيض المسلوق والمطارد

لعدة أشخاص.

المقادير:

قطع خبز، حبات بيض مسلوقة، مطارد صفار البيض وزيتون.

التحضير: نقطع قطع الخبز، ثم نقطع البيض إلى دوائر أو حلقات.

نأخذ صفار البيض ونخلطه مع المطارد وقليل من الزبدة ثم ندهن قطع الخبز بالزبدة ونضع فوقها حلقات البيض ثم نملأها بصفار البيض مطهي ونضع الكل في عود قصب مع قطعة زيتون للتزيين.

سلطة بصدر الدجاج

45 دقيقة

لـ 4 أشخاص.

المقادير:

400غ من صدر الدجاج، حبة بصل، حبات قرنفل، 6 فروع معدنوس، ربطة كسبر، فرع كسبر، نصف لتر ماء

الصلصة: ملعقة مطارد، 3 معالق كبار زيت، ملعقة خل كبيرة، ملح، فلفل أسود.

التحضير: نحضر المرق، نضع البصلة كاملة مرشوقة بحبات القرنفل ونضيف الكسبر والزعتر والملح والفلفل الأسود ونضيف اللحم ونضيف 1/2 لتر ماء، ونتركها تطهى لمدة 45 دقيقة، وبعدها نصفي اللحم ونتركها تبرد ونقطعها إلى مكعبات نطهي البيض في الماء المغلي ويقشر ويفرم ونتركه جانبا في إناء آخر نخلط المطارد والزيت والخل والملح والفلفل نضيف المعدنوس والبيض ومكعبات اللحم ونضع في الصحن ونزين بأوراق المعدنوس.

سلاطة الجبن والطون والزيتون

لـ 5 أشخاص.

المقادير:

بصلة كبيرة مقطعة شرائح، رأس خس صغير، ربع كيلو جبن، مقطع إلى مكعبات صغيرة، نصف كيلو طماطم طازجة، حفنة زيتون أسود، علبة طون مفتتة، 4 ملاعق كبيرة زيت، ملعقتان كبيرتان خل أبيض، ملعقة كبيرة خردل (مسطردة)، ملح، وفلفل أكحل حسب الرغبة، شرائح خبز محمصة للتقديم.

التحضير: نخلط كل من البصل والخس المقطع إلى شرائح والطماطم المقطعة والجبن والزيتون الأسود والطون في طبق سلاطة عميق.

نضع كل من الزيت والخل والمسطردة والملح والفلفل في زجاجة ذات فوهة واسعة ثم نرجها جيدا.

ثم نصب صلصة التتبيل على السلاطة ونقلب بخفة.

سلاطة الفاصولياء الخضراء (الزاليڤو)



لـ 5 أشخاص.

المقادير:

250 غ فاصولياء خضراء (زاليڤو)، 3 حبات طماطم، طون، كسبر، ملح، فلفل أسود، زيت زيتون، ثوم، معدنوس، خس، ماء، ليمون.

التحضير: نضع الزاليڤو في الماء لكي يغلي، بعد نضجه نخرجه ونقطره من الماء ثم نضع 3 ملاعق زيت الزيتون في إناء، ونضيف كأس إلا ربع ليمون والملح والفلفل الأسود والثوم المفروم والمعدنوس ثم نضيف الزاليڤو والطون بعد تقطيعه ونضيف الطماطم المقطعة على شكل نصف حلقات صغيرة ثم نخلط الكل جيدًا ثم نأخذ الخس ونغسله جيدًا ثم نفرشه في الصحن ونضع فوقه الخليط ونقدمه كسلطة باردة.

خبز بالكاشير

لعدة أشخاص.

المقادير:

خبزة خبز، 250 غ كاشير، فلفل حار.

التحضير: نأخذ الخبزة ونقطعها إلى قطع مستطيلة، ثم نقطع الكاشير إلى قطع مثلثة الشكل.

نبرم قطع الكاشير وندخلها في أعواد الكبريت مع قطعة فلفل حار ثم نضع قطع الكاشير فوق قطع الخبز وتقدم في أوقات مختلفة وفي الأسفار والرحلات.



شكشوكة طماطم بالمعدنوس

15 دقيقة — لـ 5 أشخاص.

المقادير:

1 كلغ طماطم، نصف ربطة معدنوس، قليل من الملح، فلفل أكحل، 4 ملاعق زيت، رأس ثوم، بيضتان.

التحضير: نقشر الطماطم ونقطعها قطعا صغيرة مع تقطيع المعدنوس معها، نضيف إليها الملح والفلفل ثم نفرم عليها الثوم نضع الكل فوق نار هادئة حتى يجف الخليط، ثم نضيف الزيت ونكسر فوقها البيضتين. ونتركها تطهى لمدة 5 دقائق. وتقدم الشكشوكة ساخنة أو باردة.



شكشوكة حميص (فلفل مقلي)



25 دقيقة — لـ 5 أشخاص.

المقادير:

نضع كلغ فلفل حلو، نصف كلغ طماطم، 4 فلافل حارة، رأس ثوم، قليلا من الملح مع قليلا من الفلفل الأسود المسحوق، غصينات معدنوس.

التحضير: نأخذ الفلافل الحارة والفلفل الحلو نثقبه بالشوكة، ثم نقليه، ثم نقشره ونقطعه قطعا صغيرة، ومن جهة أخرى نأخذ الطماطم ونقشرها ونقطعها ثم نفرم الثوم ونضع الكل في إناء ونضيف الملح والفلفل الأكحل، ونتركها فوق نار هادئة حتى تنضج وتجف، ثم نضيف الفلفل الحلو، والحار، ونتركه فوق نار هادئة مرة ثانية، ثم نصب الزيت ونترك الخليط يغلي لمدة زمنية. وتقدم أكلة الشكشوكة مزينة بالمعدنوس.

شكشوكة سبانخ (سلق)



لـ 5 أشخاص.

المقادير:

ربطة سبانخ، نصف كأس زيت، رأس ثوم، ملح، 3 بصلات (مطاوع) حضراء، فلفل أسود، بيضتان، ملعقتين طماطم.

التحضير: ينظف السبانخ ويوضع في قدر ماء، بعد تقطيعه مع إضافة الملح، ويترك للطهي فوق نار هادئة (متوسطة)، وعند نضجه يصفى ويدلك باليد جيدا حتى يجف من الماء. ثم نأخذ المقلاة ونصب فيها الزيت، والثوم المفروم والبصل المقطع ويترك الكل لمدة 5 دقائق حتى يلين، ثم نضيف السبانخ (السلق) والطماطم والفلفل والملح ونتركه لمدة 5 دقائق، ثم نخفق البيض ونصبه فوقه.

ويقدم مع الهريسة الحارة.

شكشوكة مرقاز بالبيض





لـ 5 أشخاص.

المقادير:

250 غ مرقاز، 3 بيضات، ملعقة هريسة، فلفل أكحل، قليل من المعدنوس

التحضير: يفرم المرقاز ويوضع في المقلاة فوق نار هادئة لمدة 5 دقائق، ثم يقطع المعدنوس ويخفق البيض وتضيف الكل مع المرقاز مع إضافة الهريسة ويترك فوق النار لمدة 5 دقائق. وتقدم ساخنة. التزين حسب الرغبة.



شكشوكة فول



لـ 5 أشخاص.

المقادير :

1 كلغ فول، 3 بصلات مطاوع (خضراء)، رأس ثوم، فلفل أكحل، كأس كبير ماء، نصف كأس زيت، قليل من الهريسة، ملعقتين طماطم، ملح، كسبر.

التحضير: يقطع وينظف الفول ويوضع في قدر مع الماء والبصل المقطع والملح، ويترك فوق النار حتى يجف الماء، وبعد ذلك نضع الثوم المفروم، والفلفل والهريسة وملاعق الطماطم والزيت، ويترك الكل فوق النار لمدة 5 دقائق. وتقدم مزينة بالكسبر المقطع.



شكشوكة مخ خروف



لـ 5 أشخاص.

المقادير:

مخ خروف، ملعقة طماطم، نصف كأس زيت، رأس ثوم، معدنوس، فلفل أكحل، ملح، كأس ماء، زيتون.

التحضير: ينظف المخ ويوضع في مقلاة مع كأس من الماء وقليل من الملح ويترك حتى يجف، وتضيف الثوم المفروم، والزيت والطماطم، والفلفل، ونترك الكل مدة 5 دقائق، فوق نار هادئة مع تحريك الخليط حتى لا يحترق. وتقدم مزينة بالمعدنوس، وحبات الزيتون.



شكشوكة بطاطا وطماطم



ل 5 أشخاص.

المقادير:

1 كلغ بطاطا، نصف كلغ طماطم، 3 رؤوس فلفل حار، رأس ثوم، نصف كأس زيت، ملح.

التحضير: نأخذ الطماطم وننظفها ونقشرها ونقطعها قطعا صغيرة ونضيف لها نصف ملعقة ملح صغيرة، والثوم المفروم، وتوضع فوق نار متوسطة حتى تجف من الماء، ثم نضيف لها الزيت مع تركها مدة 5 دقائق فوق نار هادئة ومن جهة أخرى نقشر البطاطا وتقطع قطعا صغيرة وتقلى جيدا وتضاف إلى الطماطم، ثم تشوي الفلفل الحار ويقشر ويقطع قطعا صغيرة ويضاف مع الخليط ونمزج الكل بالشوكة. ويزين بالمعدنوس عند التقديم.



شكشوكة بالبطاطا



ل 5 أشخاص.

المقادير:

1 كلغ بطاطا، ملح، فلفل أسود، 4 بيضات، زيت، حبة طماطم.

التحضير: تقلى البطاطا بعد تقشيرها وتنظيفها وتقطيعها إلى مكعبات، عندما تطهى تصفى من الزيت مع ترك القليل منه، ثم نكسر البيض ونخفقه جيدا بالشوكة ونضيف إليه قليلا من الملح ثم نصبه فوق البطاطا ونتركه حتى يح
ثم نقلب الشكشوكة في الصحن، (قرصة من البطاطا) وتزين بشرائح من الطماطم الطازجة.

شكشوكة باذنجان





لـ 5 أشخاص.

المقادير:

نصف رطل باذنجان، نصف كلغ طماطم (حبات)، ملح، فلفل أكحل، مقدار من الزيت، زيتون.

التحضير: نأخذ الباذنجان ونقطعه قطعا صغيرة، ويقلى في زيت ساخن حتى يحمر، ثم نضع الطماطم في ماء ساخن حتى يسهل تقشيرها، ثم نقطعها قطعا صغيرة، ثم نضعها في إناء مع الملح والثوم المفروم والفلفل الأسود وتترك على نار خفيفة حتى تجف، وتضيف إليها الباذنجان ونصب ملعقة زيت ويترك الكل لمدة 5 دقائق.

وتقدم ساخنة أو باردة حسب الرغبة. وتزين بالزيتون وقطع من الفلفل الحار المقلي.

شكشوكة جريوات «كوسة» بالبيض

30 دقيقة

لـ 5 أشخاص.

المقادير:

نصف كلغ جريوات، قليل من المعدنوس، قليل من الملح، 3 بيضات، قليل من الزيت.

التحضير: ننظف الجريوات ونضعها في كسكاس لتفور، ثم نضعها في إناء ونفرمها (نرحيها) جيدا، نضيف لها الملح والفلفل الأسود والمعدنوس المقطع، ثم نخفق البيض ونضيفه مع الخليط، ثم ندهن صينية الفرن بالزيت ونصب فيها الخليط ثم نصب قليلا من الزيت ونتركها في الفرن لمدة 15 دقيقة. وتقدم ساخنة.



بطاطا بالجبن

30 دقيقة لعدة أشخاص.

المقادير:

1 كلغ بطاطا، 300 غ فرينة، 50 غ خبز، 40 غ زبدة، بيضة، قليل من الملح، قليل من الفلفل الأكحل، جبن.

التحضير: تنظف البطاطا، ثم توضع في إناء لتطهى، وبعد الطهي تقشر وهي ساخنة، ثم نفرمها (نرحيها) ونضيف إليها البيضة، وكذلك ثلث الفرينة مع الملح، ثم تخلط جيدا مع إضافة باقي الفرينة مرة على مرة حتى نتحصل على عجين لين، مع إضافة الجبن.

بعد ذلك نقطع العجين إلى أربع قطع ثم نشكل كل قطعة إلى مستطيل ثم نقطعها إلى قطع صغيرة، وننقش بالشوكة. ومن جهة أخرى ندهن صينية الفرن ونضع فيها قطع البطاطا ونصب فوقها الزبدة ونفرم (نرحي) عليها الجبن ونترك لتحمر لمدة 15 دقيقة. وتقدم ساخنة.



شكشوكة بالبصل



35 دقيقة لعدة أشخاص.

المقادير:

1 كلغ بصل، نصف كلغ طماطم (حب)، 3 رؤوس فلفل حار، نصف كأس زيت كبير، فلفل أسود ، رأس ثوم، ملح، 3 بيضات.

التحضير: نأخذ البصل وننظفه جيدا ونقطعه دوائر، ويوضع في مقلاة، ثم نصب كأس من الماء مع قليل من الملح، ونتركه ليطهى مدة 30 دقيقة حتى يجف منه الماء (فوق نار هادئة)، وعند طهيه نضيف له الطماطم بعد تقشيرها وتقطيعها قطعا صغيرة، ونترك لتجف مرة أخرى، مدة 10 دقائق، ثم نصب فوقها الزيت ونتركها مرة أخرى لتطهى مدة 5 دقائق، وبعدها نكسر عليها حبات البيض.

وتقدم ساخنة، أو باردة.

ملاحظة: يمكن إضافة ثلاثة رؤوس فلفل حار

قرصة بيض بالجبن



15 دقيقة د 5 أشخاص.

المقادير:
6 بيضات، 30 غ زبدة، ملعقتان زيت، 200 غ جبن من أي نوع، ملح، فلفل أكحل، فجل، زيتون.

التحضير: نكسر البيض في إناء ثم نخفقه جيدا ويضاف إليه الملح والفلفل الأكحل وفنجانا من الماء ثم تستمر في الخفق وتقطع الجبن قطعا صغيرة ونضيفه للخليط.

ومن جهة أخرى نضع الزيت والزبدة في مقلاة وعند الغليان نصب فيه الخليط ونتركه فوق نار هادئة حتى يتجمد الكل. أو نكون من الخليط قرصات صغار ونقليهم في الزيت.

ويقدم مزين بالفجل والزيتون.

شكشوكة لحم مفروم بالبصل



24 دقيقة د 5 أشخاص.

المقادير:
5 بيضات، 50 غ لحم مفروم، 3 حبات بصل مطاوع (طويلة)، رأس ثوم، نصف كأس زيت، ملح، فلفل أكحل، معدنوس، ليمون.

التحضير: نقطع البصل رقيقا ونصب فوقه الزيت ونتركه فوق نار هادئة مدة 8 دقائق، ثم نضيف اللحم والملح مع التحريك ثم إضافة الفلفل الأكحل ثم تترك لتطهى مدة 15 دقيقة ثم نكسر عليه حبات البيض. وتقدم ساخنة مزينة بالمعدنوس والليمون.



شكشوكة باللحم وصلصة الطماطم

20 دقيقة

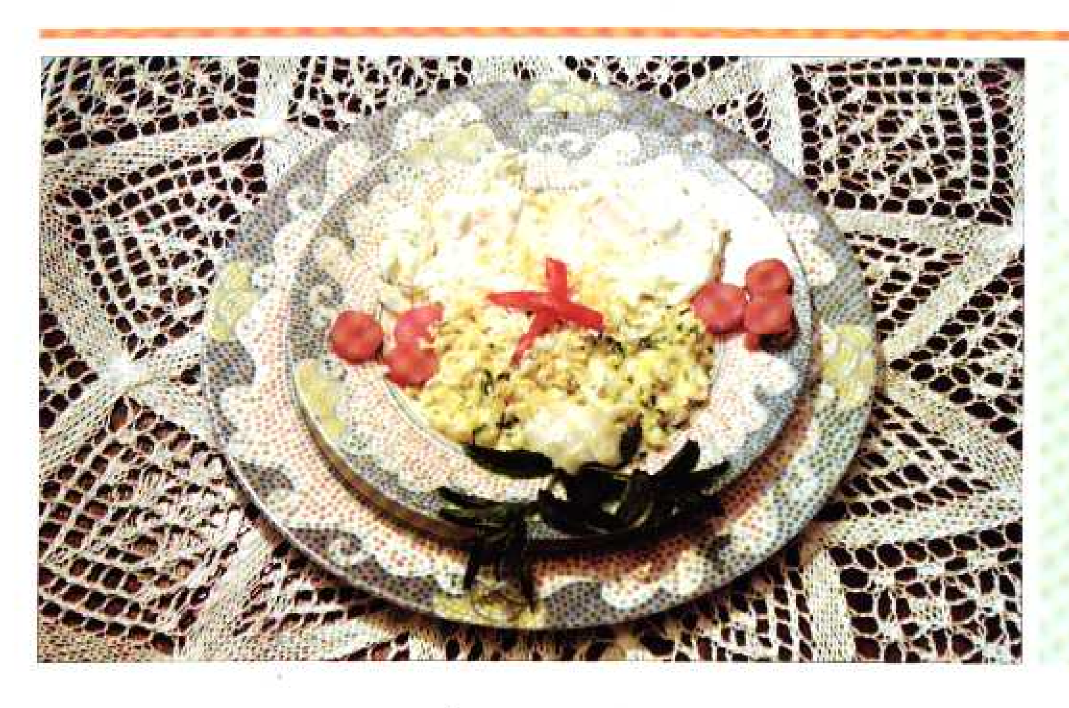
لـ 5 أشخاص.

المقادير:

4 حبات طماطم كبيرة، قليل من المعدنوس قليل من الكسبر، قليل من الثوم، ملح، فلفل أكحل، 250 غ لحم مفروم، زيت، زبدة، حمّار مرحي.

التحضير: تنظف الطماطم، وتحك في المحك، ويضاف الفلفل والحمّار والمعدنوس والكسبر والثوم والبصل مفرومين، والزيت والزبدة، ونضعها تطهى فوق نار هادئة، مع إضافة كأس ماء.

ومن جهة أخرى نأخذ اللحم ونتبله بنفس الطريقة ثم نجعله كويرات صغيرة ونضيفه إلى الطماطم ونترك للطهي مدة 20 دقيقة. وتقدم ساخنة.



سنفونية البيض

لـ 7 أشخاص.

المقادير:

12 بيضة، ملح، فلفل أسود، ملعقتين خل.

التحضير: نضع الماء في وعاء (مقلاة) نضيف الخل والملح ونتركه يغلي ثم نكسر ثلاث بيضات (03) ونتركها تطهى فوق نار هادئة حتى نرى أن صفار البيض قد غلف البيض كله، نرفعه من فوق النار.

من جهة أخرى نقلي باقي البيضات جيدا في الزبدة مع الملح والفلفل ثم نضعها في صحن واسع. تسلق بيضتين ونقطعهما إلى مكعبات صغيرة ثم ننثرها على البيضات المقلية وعددها 7 بيضات. أخيرا نزين بحبات البيض الثلاثة، ويمكن أن تضيف صلصة الطماطم وهذا حسب الرغبة.



شكشوكة الكرنب (الكرم)

25 دقيقة ل 5 أشخاص.

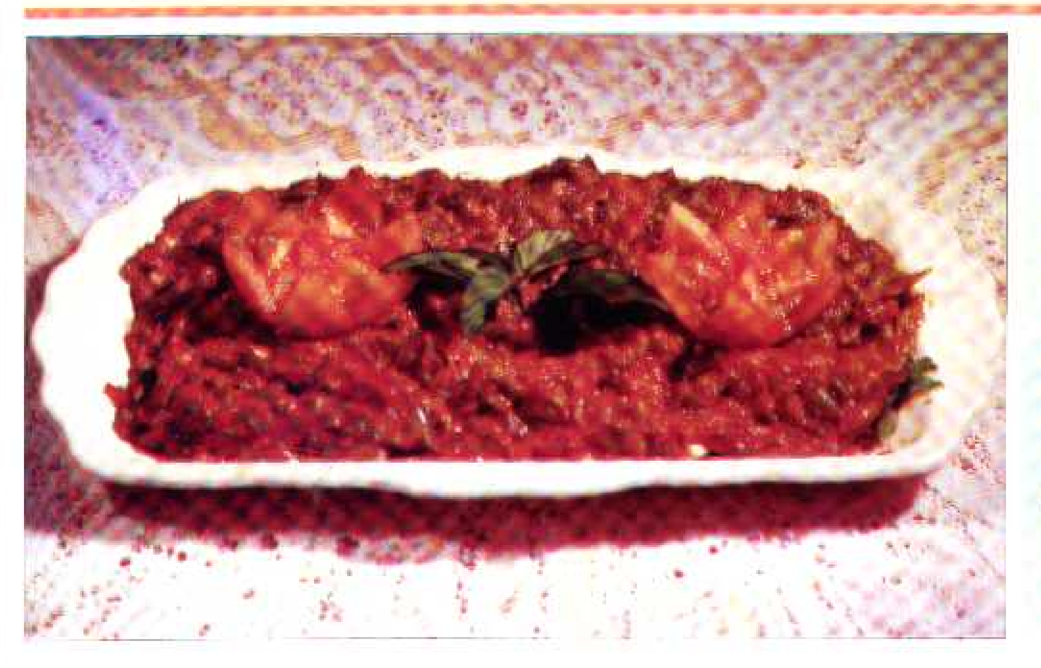
المقادير:

رأس كرنب متوسط الحجم، ملح، رأس ثوم مفروم، فلفل أكحل، ملعقتين طماطم، نصف كأس من الزيت، بيضتان، معدنوس، ماء.

التحضير: ينظف الكرنب ويقطع قطعا صغيرة، ويوضع في قدر صغير، مع الماء (كمية كبيرة) ونضيف له الملح ونتركه حتى يطهى، ثم يصفى من الماء جيدا.

نضع المقلاة فوق النار ونصب الزيت، مع وضع الثوم والفلفل وقليل من الملح والطماطم المركزة مع إضافة الكرنب ونترك الكل لمدة 5 دقائق ثم نكسر فوقه البيض، ونزينه بالمعدنوس المقطع.

ملاحظة: الطماطم المركزة هي طماطم العلبة



شكشوكة حميص بالفلفل المشوي

15 دقيقة ل 5 أشخاص.

المقادير:

نصف كلغ فلفل حلو، نصف كلغ طماطم، 3 ملاعق فلفل حار، رأس ثوم، قليل من الملح، زيت، معدنوس.

التحضير: يشوى الفلفل والطماطم والثوم والفلفل الحار وتقشر، ولتسهيل عملية التقشير نضع الفلفل في كيس بلاستيكي، وتقطع الخضر إلى قطع صغيرة بعد تنظيفها من البذور، ثم نرميها في المقلاة مع إضافة الملح والفلفل وتترك فوق نار هادئة حتى تجف من مائها. ثم نضيف الزيت وتترك مرة أخرى فوق النار لمدة 5 دقائق. وتقدم مزينة بالمعدنوس.



قالب السبانخ والفلفل

25 دقيقة

لـ 5 أشخاص.

المقادير:

سلق أو (سبانخ)، فلفل أحمر (حلو) وأصفر، وأخضر، ملح، ثوم، فلفل أسود، سمك، زبدة، بصل، بيضتان.

التحضير: نشوي الفلفل ونقطعه إلى مستطيلات ثم نأخذ القالب ونفرشه بالسلق المسلوق ونغطيه بقطع الفلفل على الأطراف ثم نضيف السمك المبخر ونكسر عليه البيضتان المخفوقتان ونتبل بالثوم والملح والفلفل الأسود ونقطع عليها البصل وندخله إلى الفرن ليطهى في حمام مائي ويقدم مع الأرز أو المعكرونة.



فلفل أحمر باللحم المفروم

20 دقيقة

لـ 4 أشخاص.

المقادير:

رطل فلفل أحمر، 2 حبات بصل، رأس ثوم، 4 حبات طماطم، 100غ لحم مفروم، 3 بيضات، ونصف كأس زيت.

التحضير: نقطع البصل على شكل جوانح ونضعها في مقلاة نضيف لها ملعقتين ماء، نضع المقلاة على نار هادئة حتى تذبل البصل ثم نشوي الفلفل الأحمر ونقشره، وننظفه، ونقطعه، ونضيفه إلى البصل ونفرم الثوم ونضيفها ثم نقشر الطماطم وننزع منها البذور ونقطعها إلى مكعبات ونضيفها إلى الخليط ونترك الكل يطهى مع إضافة الزيت من جهة أخرى نأخذ المقلاة ونضع فيها ملعقتين زيت نرمي اللحم المفروم يطهى لمدة 5 دقائق ثم نخلط مع خليط الفلفل نأخذ قالب فرن ونصب فيه الخليط ونكسر عليه 3 بيضات.

طورطا بالسلق

المقادير:

1/2 كلغ سلق، 6 أوراق من الخطفة، 4 بيضات، 100غ لحم مفروم، 50غ زبدة، قليل من الملح والفلفل الأسود والزيتون والكمون والثوم.

التحضير: نضع السلق مع الماء والملح على النار حتى يطهى جيدًا ثم نصفيه وننزع منه الماء. ثم نفرم البصل والثوم ونضيف إليه الزيت حتى يذبل (في المقلاة) ثم نضيف اللحم المفروم والملح والفلفل الأسود والكمون حتى يطهى ونرفعه من فوق النار، ومن جهة أخرى ندهن قالب الفرن ونضع 3 أوراق من الخطفة ثم نضع السلق ثم البيض واللحم ثم نغطي بـ 3 أوراق أخرى نضغط عليهم جيدًا وندخلهم الفرن حتى يتحمر ويطهى تدهن وتقدم ساخنة.

ملاحظة: ندهن جوانب الطورطا بالبيض حتى لا تفتح.

باذنجان بالبيض



لـ 4 أشخاص.

المقادير:

حبتين باذنجان، حبتين طماطم، رأس ثوم، ملعقة معدنوس طري، 8 بيضات، ملح، فلفل أسود، كأس ونصف من الزيت .

التحضير: ننظف الباذنجان ونقطعه على شكل حلقات ونملحه بملح خشن ونتركه جانبا لمدة ساعة حتى يخرج منه الماء ثم نقليه من الجهتين نقطع الطماطم على شكل حلقات ثم نفرم الثوم ونضع الطماطم في المقلاة، ونضيف الثوم وملعقة معدنوس ونملحها ونرش عليها الفلفل الأسود ونخلط الكل ثم نضيف الباذنجان المقلي مع الخليط حتى يطهى جيدا ثم نخفق 8 بيضات ونصب على الخليط ثم نقدمها كوجبة كاملة.





بطاطا باذنجان

35 دقيقة ل 5 أشخاص.

المقادير:

1 كلغ بطاطا، نصف كلغ باذنجان، نصف ملعقة ملح كبيرة، نصف ملعقة فلفل أكحل صغيرة، رأس ثوم مفروم، رأس فلفل حار، 4 حبات طماطم كبيرة، 4 ملاعق زيت.

التحضير: نقشر البطاطا وننظفها ونقطعها قطع صغيرة، وكذلك الباذنجان ثم نضع الكل في القدر ونضيف الثوم المفروم والملح والزيت والفلفل ونتركها فوق نار متوسطة لمدة 5 دقائق، حتى تتقلى ثم نضيف لها الماء حتى تغطي البطاطا ثم ندعها لتطهى مدة 30 دقيقة، وعند نضج البطاطا والباذنجان نضيف إليهما الطماطم طبعا بعد تقشيرها وتقطيعها ونتركها فوق النار حتى يتخثر المرق. تقدم ساخنة مع تزيينها بالكسبر.



بطاطا حمراء (بالمرق)

40 دقيقة ل 5 أشخاص.

المقادير:

1 كلغ بطاطا، 250 غ لحم دجاج، نصف ملعقة ملح، نصف ملعقة صغيرة فلفل أكحل، حبة بصل كبيرة، قليل من الزيت، ملعقتين طماطم + حبتين طماطم، ثم الكسبر، الثوم.

التحضير: ننظف اللّحم ونقطعه ونضعه في القدر، ثم نضيف له البصل المهشم والثوم المفروم والملح والفلفل والزيت وحبات الطماطم المفرومة ونترك الكل فوق النار مدة 5 دقائق لتتقلى. بعد ذلك نمرق بلتر ماء، وعندما ينضج اللحم نضجا متوسطا ثم نقطع البطاطا إلى قطع كبيرة ونضيفها للقدر مع إضافة الماء والطماطم، ثم نتركها لمدة 15 دقيقة. وتقدم ساخنة مع رش الكسبر.



بطاطا في الفرن بالجبن السويسري (petit suisse)

20 دقيقة لعدة أشخاص.

المقادير:

4 بوتي سويس، قليل من الجبن المرحي، بيضة، حبتين بطاطا مفرومتين كأسين زيت، كأس فرينة، ملح، كمية من الزبدة، ماء.

الكيفية والتحضير: تأخذ كمية الزيت والزبدة وتضعها في إناء به ماء ثم تضعه على النار حتى يصبح دافئا ونبلل به الفرينة حتى تكوّن عجينة ثم نبسطها وتقطعها إلى مثلثات.

ومن جهة أخرى تأخذ البطاطا المفرومة والمطهية، مع الجبن (والبوتي سويس) ونخلط الكل مع بعض، ثم نأخذ كمية من خليط البطاطا ونضعه فوق المثلثات ونطوي الواحدة تلوى الأخرى ونشكلها إلى مثلثات صغيرة ثم ندهنها بالبيض وندخلها الفرن لمدّة 20 دقيقة.



بطاطا بالمرق أبيض

25 دقيقة لـ 5 أشخاص.

المقادير:

نصف كلغ دجاج، نصف ملعقة كبيرة ملح، نصف ملعقة صغيرة فلفل أسود، 1 كلغ بطاطا، حبّة ليمون، بيضة، قطعة زبدة، معدنوس، حبة بصل، ثوم.

التحضير: نقطع اللحم وننظفه ونضعه في القدر ونفرم عليه البصل والثوم، ونضيف معهما الملح، والفلفل، وقطعة الزبدة. ونترك لتتقلّى مدة 5 دقائق، ثم نمرق بحوالي لتر ماء. وندعها فوق نار متوسطة لمدة 20 دقيقة، ومن جهة أخرى تقشر البطاطا وتنظف وتقطع إلى أبراج ثم تضاف إلى القدر، وعند نضج الكل، تعصر عليها الليمون ونصب الأكلة في الصحن ثم نضيف لها خليط البيضة وتزين بشرائح الليمون والمعدنوس المقطع.

بطاطا محشية





ل 5 أشخاص.

المقادير:

نصف كلغ لحم مقطع، 250 غ لحم مفروم، 1 كلغ بطاطا، حبتين بصل، ملح، فلفل أكحل، بيضة، معدنوس، ملعقتين زبدة نصف ملعقة فريك.

التحضير: يوضع اللّحم المقطع في القدر يضاف له الملح، والفلفل والزبدة والبصل المفروم، ونضعها تتقلى مدة 10 دقائق، ثم نمرقها بلتر من الماء ونتركها تطهى مدة 30 دقيقة فوق نار متوسطة. ومن جهة أخرى نأخذ البطاطا ونقشرها ونثقبها من جهة واحدة ونضعها جانبا، ثم نأخذ اللحم المفروم ونفرم معه نصف حبة بصل ونضيف له الملح والفريك وملعقتين من البيض ونمزج الكل جيدا، ثم نأخذ حبات البطاطا المثقوبة ونحشيها من الداخل بهذا الخليط، ثم نرميها مع المرق واللحم ونتركها حتى تطهى وعندها نمزج البيضة وعصير الليمون والمعدنوس المقطع ونصب الكل فوق الأكلة بعد أن نكون قد أطفأنا النار. وتقدم ساخنة.

ملاحظة: يمكن قليها قبل أن ترمى في المرق

بطاطا مفرومة (بيري)



ل 5 أشخاص.

المقادير:

500 غ لحم أحمر أو أبيض، 500 غ بطاطا، حبة بصل، قليل من الثوم، فلفل أكحل، قليل من الملح، ملعقة كبيرة طماطم مصبرة، 3 ملاعق زبدة، نصف كأس حليب، كسبر.

التحضير: ينظف اللحم ويقطع ويوضع في القدر ونفرم فوقه الثوم والبصل ونضيف الملح والفلفل وملعقتين زبدة والطماطم ونتركها تتقلى فوق نار هادئة مدة 8 دقائق، ثم نمرق بحوالي نصف لتر ماء، ونتركها تطهى مدة 30 دقيقة حتى يتخثر المرق، ومن جهة أخرى نأخذ البطاطا ونقشرها ونضعها في قدر مع الماء والملح ولما تنضج نصفيها ثم نفرمها ونضيف لها الزبدة والحليب ونخلط جيدا ونضعها في الصحن ونسقيها بالمرق وننثر عليها الكسبر. وتقدم ساخنة، يمكن أن نقلي اللحم (Cotlette) أو قطع الدجاج تقدم معهم(بيري) ونسقيها بمرق (صوص) اللحم.



بطاطا روطي

40 دقيقة — لـ 5 أشخاص.

المقادير :

نصف كلغ لحم أبيض، حبة بصل، رأس ثوم، نصف ملعقة ملح كبيرة، نصف ملعقة فلفل أسود، ملعقة كبيرة زبدة، قليل من الزعفران، نصف كلغ بطاطا، حبة ليمون، بيضة، معدنوس.

التحضير: ننظف اللحم الأبيض ونقطعه ونفرم عليه البصل والثوم، ثم نضيف الفلفل والملح والزبدة والزعفران ونترك الكل ليتقلى مدة 10 دقائق فوق نار متوسطة، ثم نمرق بحوالي أربعة (4) كؤوس من الماء، ونتركها لتطهى مدة 20 دقيقة.

ومن جهة أخرى نأخذ البطاطا ونقشرها ثم ننظفها ونقطعها إلى أبراج غليظة ثم نقليها في الزيت حتى تحمر ونضيفها إلى القدر مع إضافة كأس من الماء ونتركها 10 دقائق أخرى فوق النار حتى يتخثر المرق، ثم نمزج صفار البيضة وعصير الليمون والمعدنوس المقطع، ونصب الخليط على المرق. وتقدم ساخنة ومزينة بأبراج الليمون.

ملاحظة: او بدون ما نخلط صفار البيض مع الليمون



بطاطا موسلين



لـ 4 أشخاص.

المقادير:

1/2 كلغ بطاطا، قليل من الزبدة، قليل من الحليب، ملح، جبن.

التحضير: ننظف البطاطا ونقشرها ونقطعها إلى أجزاء وتطهى مع الماء والملح، ثم تصفى من الماء. وبعدها نفرمها ونضيف لها الزبدة ونسقيها بالحليب حتى ينتهي وتصبح رطبة مع إضافة الجبن والتخليط باستمرار ثم نضع الخليط في حمام ماري (Bain Marie) مع التحريك حتى تصبح مثل الكريمة، وتقدم دافئة.



بطاطا باللّحم في الفرن



لـ 6 أشخاص.

المقادير:

1 كلغ بطاطا، 1/2 كلغ لحم، ملح، فلفل أسود، كأس زيت، حبات ثوم.

التحضير: نقشر البطاطا وننظفها ونقطعها إلى حلقات ونضعها في قالب زجاجي على شكل دائري حلقات حلقات، ثم نرشها بالملح والفلفل والزيت، وحبات الثوم دون أن نفرمها.

نأخذ قطعة اللحم ونملحها ونرش عليها الفلفل الأسود ونضعها فوق البطاطا وندخل الصينية إلى الفرن والذي تكون حرارته قوية نوعاً ما ونتركها لتطهى مدة 50 دقيقة حتى تحمر.

«وتقدم كوجبة رسمية».



بطاطا مرحية في الفرن

10
دقائق

لـ 4 أشخاص.

المقادير:

1/2 كلغ بطاطا، ملح، 1/2 كأس حليب، 4 صفار البيض، فلفل أسود، جبن.

التحضير: تسلق البطاطا وتفرم ونضيف لها الزبدة والملح والفلفل والحليب، ونضع الكل فوق نار هادئة مع إضافة الجبن، ثم تنزل من فوق النار ونضيف لها صفار البيض، ثم تشكل حسب الرغبة (مستطيلات، مثلثات إلخ) ونرشها بالفرينة ونقليها في زبدة ساخنة، أو ندخلها إلى الفرن بعد أن تدهن بصفار البيض مع رشها بقليل من الزيت ونتركها في الفرن حتى تحمر. وتقدم حسب الرغبة.



بطاطا مشوية في الفرن



لـ 4 أشخاص.

المقادير:

1 كلغ بطاطا، قليل من الملح، قليل من الفلفل الأسود، معدنوس، قطعة صغيرة زبدة، جبن

التحضير: تنظف البطاطا وتشق كل حبة من جهة واحدة، ثم توضع في صينية وتدخل إلى الفرن حتى تشوى جيدا، ثم نخرجها ونفرغها من اللّب عن طريق الفتحة (وهذا باستعمال ملعقة صغيرة). أما اللّب فيوضع في صحن ونضيف له الملح والمعدنوس وقطعة زبدة والجبن ونخلط الكل. نأخذ هذا الخليط ونملأ به حبات البطاطا المفروغة ثم نضعها في صينية وندخلها إلى الفرن لمدة 8 دقائق. تقدم هذه الأكلة ساخنة أو باردة.



كوسة (جريوات) محشية



لـ 5 أشخاص.

المقادير:

500 غ لحم عادي، 250 غ لحم مرحي، حبتين بصل، نصف ملعقة كبيرة ملح، نصف ملعقة صغيرة فلفل أسود، ملعقتين سمن، بيضة، معدنوس، حبات ليمون قليل من فريك مرحي رطب.

التحضير: نقطع اللحم العادي، ونقطع عليه حبة بصل، ونترك نصف حبة البصل الأخرى فيما بعد، ونضيف له الملح والفلفل والزبدة، ثم نترك الكل في قدر للتقلية مدة 10 دقائق. ثم نمرق بالماء ونتركها للطهي مدة 30 دقيقة.

ومن جهة أخرى نأخذ الكوسة (جريوات) حبات متوسطة أو نقطع الحبات الكبيرة إلى نصفين، وننظفها ثم نثقبها من جهة واحدة أي نفرغها من محتواها الداخلي (البذور) ونضعها جانبا، ثم نأخذ اللحم المفروم ونفرم معه نصف البصلة ونضيف لهما الفلفل والفريك والملح وملعقتين بيض ونمزج الكل جيدا، ثم نأخذ حبات الكوسة المثقوبة ونحشيها في الداخل بهذا الخليط، ثم نرميها مع المرق ونتركها لتطهى، وعندها نمزج البيض وعصير الليمون والمعدنوس المقطع ونصب الكل فوق الأكلة بعدما نكون قد أطفأنا النار. وتقدم ساخنة.

لاموسكة بالكوسة «الجريوات»



لـ 6 أشخاص.

المقادير:

رطل كوسه (جريوات) نصف حبّة بصل، حبّة طماطم مطهية، حبة طماطم طازجة مقطعة، ملح، فلفل أسود لحم مفروم.



التحضير: نقطع البصل ونضعه في مقلاة ونصب عليه الزيت ونتركه يذبل ثم نضيف اللحم المفروم والملح والفلفل الأسود والطماطم المطهية ونتركها جانباً.

نأخذ الكوسة (الجريوات) وننظفها ونقطعها حلقات أو شرائح ثم نقليها.

ندهن صينية الفرن ونرتب فيها طبقة من الجريوات وفوقها طبقة من اللحم المفروم ثم طبقة أخيرة من الجريوات المقلية ونزينها بشرائح الطماطم الطازجة ثم ندخلها إلى الفرن مدة 10 دقائق حتى تحمر.

كوسة (جريوات) بالمرق أبيض



لـ 5 أشخاص.

المقادير:

400 غ لحم دجاج، 1 كلغ كوسة، ملعقة صغيرة من الملح، نصف ملعقة صغيرة فلفل أسود ملعقة كبيرة سمن، بيضتين، ملعقة كبيرة فرينة، قرفة، حبة بصل، فصوص ثوم، زيت للقلي.

التحضير: ننظف اللحم ونقطعه، ونفرم فوقه البصل والثوم ويضاف الفلفل الأكحل والسمن ويوضع الكل فوق نار متوسطة للتقلية مدة 5 دقائق، ثم نمرق بحوالي 4 كؤوس من الماء. نتركها تطهى لمدة 30 دقيقة.

ومن جهة أخرى نأخذ الكوسة وننظفها ونضعها كاملة في القدر مع الماء والملح ونتركها تنضج نضجا متوسطا. ثم تصفى من الماء وتقطع حلقات، وتوضع جانبا، ومن جهة أخرى نأخذ الفرينة مع البيضة ونخلطهما بملعقتين ماء نخلطا جيدا وبعد ذلك نأخذ حلقات الكوسة ونغمسها في هذا الخليط واحدة واحدة، ونقليها في المقلاة مع الزيت وعند الانتهاء توضع في الصّحن ونصب عليها المرق، الذي تكون قد أضفنا له صفار بيضة وعصير ليمون وقليلا من المعدنوس. وتقدم ساخنة مع تزيينها بأبراج الليمون. والتزين يكون حسب الرغبة.



شطيطحة بالبيض والدجاج

30 دقيقة — لـ 5 أشخاص.

المقادير:

نصف دجاجة، 5 بيضات، حبة بصل، رأس ثوم، قليل من الملح، وقليل من الفلفل، حبة ليمون، معدنوس، ملعقتين سمن.

التحضير: نأخذ نصف الدجاجة ننظفها جيدا، وندلكها بالملح، ثم ننظفها من الملح، ونقطعها ونضعها في القدر ونفرم عليها البصل والثوم وتضيف لها الفلفل والملح والسمن، ونضع القدر فوق نار متوسطة ونتركها تتقلى مدة 5 دقائق، ثم نمرق بحوالي نصف لتر من الماء ونتركها لتطهى، لمدة 25 دقيقة وعند نضجها نضعها في الصحن ونزينها بأبراج من البيض المسلوق (المغلّى) وشرائح الليمون، وننثر عليها المعدنوس المقطع.



شطيطحة حمراء



40 دقيقة — لـ 5 أشخاص.

المقادير:

6 بيضات، نصف كلغ دجاج، نصف ملعقة ملح كبيرة، ملعقة صغيرة فلفل أسود، ملعقتين طماطم مصبرة، ملعقة زبدة، حبة بصل، رأس ثوم، كسبر، 100 غ زبدة.

التحضير: يقطع الدجاج بعد تنظيفه ويوضع في قدر الطهي ونضيف له البصل والثوم المفرومين والزبدة، والملح والفلفل والطماطم، ويترك ليتقلى مدة 5 دقائق... ثم بعد ذلك نمرق القدر بـ 4 كؤوس من الماء، ونتركه ليطهى فوق نار متوسطة مدة 30 دقيقة وعند النضج نتركها جانبا، نأخذ مقلاة نضع فيها 100 غ زبدة مع أربع ملاعق مرق ونكسر عليهم البيض حتى ينضج ويقطع والبيض ويوضع في الصحن ونصب عليها المرق ويقدم مع الكسبر.



شطيطحة بالمرق الأبيض

40 دقيقة

لـ 5 أشخاص.

المقادير:

دجاجة صغيرة، نصف ملعقة كبيرة ملح، نصف ملعقة صغيرة فلفل أكحل، رأس ثوم، حبة بصل، ملعقة زبدة، قليل من الخبز المرحي، بيضتين، حبة ليمون، كأس زيت، قرص قرفة، معدنوس.

التحضير: نقطع اللحم، ونضعه في القدر ونفرم عليه البصل، والثوم، ويضاف له الملح، والفلفل والزبدة، ثم نضع القدر فوق الموقد للتقلى مدة 10 دقائق، ثم نمرق بحوالي 4 كؤوس من الماء ونتركها تنضج مدة 30 دقيقة، وعندما ينضج اللحم نصفيه من المرق، ونغمسه في مزيج البيض ثم نغمسه في الخبز المرحي، ونقليه في الزيت، وعند انتهاء العملية يصفّ اللحم في صحن ونصب عليه المرق.

ويقدم مزيّنا بالليمون والمعدنوس المقطع.



شطيطحة بلحم الرأس

1 ساعة

لـ 5 أشخاص.

المقادير:

رأس خروف متوسط، حبة بصل، قليل من الفلفل، بصل، ثوم، ملح، حبتين طماطم، زائد ملعقة طماطم مصبرة، 3 ملاعق زيت.

التحضير: نأخذ رأس الخروف نشويه فوق النار ثم ننظفه من الحريق تنظيفا جيدا، ثم يقطع ويوضع في القدر مع الماء والملح ويترك فوق النار حتى ينضج، ثم نصفيه من الماء، وننزع منه العظم، وبعد نزع العظم نقطع لحم الرأس إلى قطع صغيرة، ثم نضعها في القدر ونفرم فوقها البصل والثوم والطماطم والفلفل ونضيف لها كذلك الملح والزيت، ونترك الكل يتقلى لمدة 5 دقائق ثم نمرقها بكأسين ونصف ماء، ونتركها فوق النار لتطهى مدة 15 دقيقة مع إضافة ملعقة الطماطم المتبقية، وفي النهاية لا بد أن يكون المرق متساويا مع كمية اللحم. ويقدم لحم الرأس مزيناً بالكسبر.



شطيطحة باللسان (خروف أو عجل)

40 دقيقة ل 5 أشخاص.

المقادير:

لسان خروف كاملا، حبتين طماطم، قليل من الملح، قليل من الفلفل، قليل من الزيت، قليل من الزبدة، زعتر، قليل من الزيتون، وملعقة طماطم مصبرة، 100 غ لحم مرحي.

التحضير: نأخذ اللسان وننظفه بالماء وقليل من الخل ونضعه في القدر مع الماء والرند والزعتر، والفلفل والملح ونتركه فوق النار حتى يطهى نصف طهي فقط ثم نقشره ونقطعه على شكل دوائر. ومن جهة أخرى نأخذ حبات الطماطم ونفرمها ونضعها في قدر ونضيف لها الملح والزبدة والفلفل ونتركها تتقلى مدة 5 دقائق ثم نمرق بحوالي 3 كؤوس ماء ثم نرمي اللسان ويترك للطهي مدة 20 دقيقة ثم نأخذ الزيتون ونغليه مع الماء مرتين، والسكر ثم نقليه في الزبدة، يوضع في الصحن ونأخذ اللحم المرحي ونتبله ويضاف إلى القدر وعند الطهي يصب الكل في الصحن الذي وضعنا فيه الزيتون.



شربة دجاج

35 دقيقة ل 5 أشخاص.

المقادير:

200 غ لحم دجاج صدر، رأس كراث (البورو)، حبة جزر، حبة بصل، 50 غ قشدة (كريم فريش) صفار بيضة، قليل من الملح، قليل من الفلفل، 10 غ زبدة نباتية (مرغرين).

التحضير: قطعي اللحم إلى قطع صغيرة، وتوضع في القدر، ثم قطعي عليها الكراث والبصل والجزر وضفي الملح والفلفل مع الزبدة النباتية واتركيها تتقلى لمدة 5 دقائق، وامرقيها بحوالي 4 كؤوس من الماء. واتركيها لتطهى على نار متوسطة مدة 30 دقيقة، ثم أخرجي اللحم والخضر وافرميها، ثم أعيديها إلى المرق، ثم امزجي صفار البيض مع القشدة وضفيها إلى القدر. وتقدم ساخنة.

شربة خضر مفرومة



40 دقيقة

لـ 5 أشخاص.

المقادير:

رأس كرافس 250 غ بطاطا، و 100 غ فصوليا خضراء(زليقو)، 100 غ جزر، 100 غ كوسة (جريوات)، 4 رؤوس كراث، قليل من الكرنب، كسبر، ملح، نصف كأس زيت، فلفل أسود، ملعقة كبيرة طماطم مصبرة، حبة بصل، رأس ثوم، حبتين طماطم كبيرة.

التحضير: نضع الزيت في القدر ونفرم عليه البصل، والثوم ونتركها تتقلّى فوق نار هادئة مدة 5 دقائق، ثم نمرق بحوالي 4 كؤوس ماء، ثم نضيف الخضر إلى القدر بعد تنظيفها وتقطيعها ونتركها تطهى مدة 30 دقيقة، وبعد ذلك نضيف لها ملعقة الطماطم المصبرة مع الحبتين من الطماطم بعد فرمهما، ونتركها مرة أخرى فوق النار مدة 5 دقائق، ثم نقوم بتصفية جميع الخضر بمصفات ونفرمها وهي مختلطة، ثم نرجعها إلى القدر مع المرق. وتقدم ساخنة ومزينة بالكسبر.

شربة بيضاء



40 دقيقة

لـ 5 أشخاص.

المقادير:

نصف كلغ لحم، نصف ملعقة ملح كبيرة، نصف ملعقة صغيرة فلفل أكحل، ملعقتين زبدة، حبة بصل كبيرة، 100 غ لحم مفروم، قليل من الزعفران، 100 غ دويدة، معدنوس. قليل من دقيق فريك رطب (الدقاق)، الليمون.

التحضير: ننظف اللحم ونضعه في القدر، ونفرم عليه البصل، ونضيف له الزبدة والملح والفلفل الأكحل، والزعفران، ونتركها فوق نار هادئة تتقلى مدة 10 دقائق، ثم نمرق بحوالي لتر من الماء ونتركها لتطهى مدة 20 دقيقة ثم نأخذ اللحم المفروم ونتبله بنفس التوابل مع إضافة قليل من دقيق الفريك، ونجعله كويرات صغيرة ونضيفه إلى المرق في القدر مع إضافة كأس ماء كبير وعند غليانه نصب فيه الدويدة ويبقى فوق النار مدة 10 دقائق حتى يتخثر المرق. ويقدم مزيّنا بالمعدنوس، والليمون.



شطيطحة باللسان (خروف أو عجل)

40 دقيقة ل 5 أشخاص.

المقادير :

لسان خروف كاملا، حبتين طماطم، قليل من الملح، قليل من الفلفل، قليل من الزيت، قليل من الزبدة، زعتر، قليل من الزيتون، وملعقة طماطم مصبرة، 100غ لحم مرحي.

التحضير: نأخذ اللسان وننظفه بالماء وقليل من الخل ونضعه في القدر مع الماء والرند والزعتر، والفلفل والملح ونتركه فوق النار حتى يطهى نصف طهي فقط ثم نقشره ونقطعه على شكل دوائر. ومن جهة أخرى نأخذ حبات الطماطم ونفرمها ونضعها في قدر ونضيف لها الملح والزبدة والفلفل ونتركها تتقلى مدة 5 دقائق ثم نمرق بحوالي 3 كؤوس ماء ثم نرمي اللسان ويترك للطهي مدة 20 دقيقة ثم نأخذ الزيتون ونغليه مع الماء مرتين، والسكر ثم نقليه في الزبدة، يوضع في الصحن ونأخذ اللحم المرحي ونتبله ويضاف إلى القدر وعند الطهي يصب الكل في الصحن الذي وضعنا فيه الزيتون.



شربة دجاج

35 دقيقة ل 5 أشخاص.

المقادير:

200 غ لحم دجاج صدر، رأس كراث (البورو)، حبة جزر، حبة بصل، 50 غ قشدة (كريم فريش) صفار بيضة، قليل من الملح، قليل من الفلفل، 10 غ زبدة نباتية (مرغرين).

التحضير: قطعي اللحم إلى قطع صغيرة، وتوضع في القدر، ثم قطعي عليها الكراث والبصل والجزر وضفي الملح والفلفل مع الزبدة النباتية واتركيها تتقلى لمدة 5 دقائق، وامرقيها بحوالي 4 كؤوس من الماء. واتركيها لتطهى على نار متوسطة مدة 30 دقيقة، ثم أخرجي اللحم والخضر وافرميها، ثم أعيديها إلى المرق، ثم امزجي صفار البيض مع القشدة وضفيها إلى القدر. وتقدم ساخنة.



شربة بالفريك

1 ساعة ل 5 أشخاص.

المقادير:
نصف كلغ لحم خروف، حبة بصل، كأس فريك، نصف ملعقة كبيرة ملح، ملعقة صغيرة فلفل أكحل 4 ملاعق زيت، كرافس. وثلاثة ملاعق طماطم، كسبر.

التحضير: ننظف اللحم ثم نقطعه ونفرم عليه البصل ونضيف الملح والفلفل والزيت ونضيف ملعقة طماطم مع فرم المعدنوس وأغصان الكرافس، ونترك القدر فوق نار متوسطة مدة 10 دقائق، لتتقلى ونمرق بحوالي لتر ماء ونتركها تطهى مدة 20 دقيقة ثم نضيف كأسا من الماء وباقي الطماطم والفلفل الحار حتى تغلي ونصب الفريك ونتركه حتى يتخثر مدة معينة ويقدم مع الكسبر.



جاري (شربة) أحمر


55 دقيقة ل 5 أشخاص.

المقادير:
300 غ لحم دجاج، ملعقتين زيت، كأس دويدة، نصف ملعقة كبيرة ملح، ونصف ملعقة صغيرة فلفل أسود، حبة بصل، ملعقتين ونصف طماطم، قليل من الكسبر، والكرافس.

التحضير: ننظف اللّحم ونقطعه ونضعه في القدر ثم نفرم عليه البصل ونضيف إليه الملح والزيت والفلفل الأسود وملعقة طماطم ونتركها تتقلى مدة 8 دقائق، ثم نصب عليها حوالي لتر ماء ثم نتركها لمدة 20 دقيقة فوق نار هادئة، وعند مرور 20 دقيقة نضيف لها الطماطم الباقية وكأس الماء، وعندما يغلي المرق جيدا، نرمي كأس الدويدة ونتركها فوق النار حتى تتخثر لمدة 20 دقيقة، وتقدم ساخنة مع التزيين بالكسبر.



شربة بالفريك

1 ساعة ل 5 أشخاص.

المقادير:
نصف كلغ لحم خروف، حبة بصل، كأس فريك، نصف ملعقة كبيرة ملح، ملعقة صغيرة فلفل أكحل 4 ملاعق زيت، كرافس. وثلاثة ملاعق طماطم، كسبر.

التحضير: ننظف اللحم ثم نقطعه ونفرم عليه البصل ونضيف الملح والفلفل والزيت ونضيف ملعقة طماطم مع فرم المعدنوس وأغصان الكرافس، ونترك القدر فوق نار متوسطة مدة 10 دقائق، لتتقلى ونمرق بحوالي لتر ماء ونتركها تطهى مدة 20 دقيقة ثم نضيف كأسا من الماء وباقي الطماطم والفلفل الحار حتى تغلي ونصب الفريك ونتركه حتى يتخثر مدة معينة ويقدم مع الكسبر.



جاري (شربة) أحمر


55 دقيقة ل 5 أشخاص.

المقادير:
300 غ لحم دجاج، ملعقتين زيت، كأس دويدة، نصف ملعقة كبيرة ملح، ونصف ملعقة صغيرة فلفل أسود، حبة بصل، ملعقتين ونصف طماطم، قليل من الكسبر، والكرافس.

التحضير: ننظف اللّحم ونقطعه ونضعه في القدر ثم نفرم عليه البصل ونضيف إليه الملح والزيت والفلفل الأسود وملعقة طماطم ونتركها تتقلى مدة 8 دقائق، ثم نصب عليها حوالي لتر ماء ثم نتركها لمدة 20 دقيقة فوق نار هادئة، وعند مرور 20 دقيقة نضيف لها الطماطم الباقية وكأس الماء، وعندما يغلي المرق جيدا، نرمي كأس الدويدة ونتركها فوق النار حتى تتخثر لمدة 20 دقيقة، وتقدم ساخنة مع التزيين بالكسبر.



لوبياء بالمرقاز

1 ساعة د 5 أشخاص.

المقادير:

250 غ لوبياء جافة، 250 غ مرقاز، حبة بصل، فصوص ثوم، فلفل الأسود، ملح، ملعقتين طماطم، رأس حار، كسبر.

التحضير: ننقي اللوبياء ونضعها في قدر مع الماء فوق نار قوية ونتركها تطهى مدة 30 دقيقة ثم نفرم عليها البصل والثوم، ونضيف إليها الفلفل الحار والملح والمرقاز والفلفل الأسود، الطماطم مع إضافة كأس من الماء، ونتركها تنضج مدة 20 دقيقة حتى يتخثر المرق.

وتقدم مزينة بالكسبر.



لوبياء بالكوارع

1 ساعة د 5 أشخاص.

المقادير:

نحضر (كراع) للبقر، 300 غ لوبياء جافة، نصف ملعقة كبيرة ملح، نصف ملعقة صغيرة فلفل أكحل، ملعقتين طماطم، حبة بصل، فصوص ثوم، كسبر.

التحضير: نأخذ (كراع) البقر ونحرقه فوق نار هادئة ثم ننزع الحريق بالسكين وننظفه ثم نقطعه ونضعه في القدر ونفرم عليه البصل والثوم، ونضيف اللوبياء والفلفل الأسود ونغرق بلترين من الماء، ونتركه يطهى مدة 50 دقيقة حتى تطهى اللوبياء ثم نضيف الملح والطماطم ونتركها فوق النار مدة 25 دقيقة حتى تتخثر، وإذا كان المرق قليلا نستطيع إضافة كأس ماء، ويمكن سلق اللوبيا وحدها والمرق وحده. وتقدم مزينة بالكسبر.



جلبانة حمراء

40 دقيقة ل 5 أشخاص.

المقادير:

2 كلغ جلبانة، نصف كلغ بطاطا، رأس ثوم، ملعقتين طماطم مصبرة، نصف ملعقة كبيرة ملح، نصف ملعقة صغيرة فلفل أسود، رأس فلفل حار، نصف كأس زيت.

التحضير: تقشر الجلبانة، وتقطع البطاطا، وتوضع في القدر مع إضافة الفلفل والزيت والثوم المفروم والملح ونتركها تتقلى لمدة 5 دقائق فوق نار هادئة ثم نمرقها بلتر ماء ونتركها تنضج مدة 30 دقيقة ثم نضيف لها الطماطم المصبرة ورأس الفلفل الحار وتترك بعد ذلك لمدة 10 دقائق حتى يتخثر المرق.

وتقدم ساخنة وتزين بالكسبر.



جلبانة بالقرنون

40 دقيقة ل 5 أشخاص.

المقادير:

نصف كلغ قرنون، 1 كلغ جلبانة، نصف ملعقة ملح، نصف ملعقة صغيرة فلفل أكحل، نصف كأس زيت، رأس ثوم، ملعقتين طماطم، كسبر.

التحضير: نضع الجلبانة في القدر ونضع معها الزيت والملح والفلفل الأكحل، والثوم المفروم ونتركها لتتقلى مدة 5 دقائق، ونمرق بحوالي 4 كؤوس ماء ونتركها تنضج مدة 20 دقيقة.

ومن جهة ثانية نقشر القرنون ونقطعه ونضيفه إلى الجلبانة ونضيف معه الطماطم ونتركه مرة أخرى فوق النار لمدة 20 دقيقة حتى تطهى.

ملاحظة: نستطيع أن نعملها باللحم

وتقدم مزينة بالكسبر.



البازلاء (جلبانة) بالمرق الأبيض

50 دقيقة ل 5 أشخاص.

المقادير:

500 غ لحم خروف، 2 كلغ جلبانة، نصف كلغ قرنون، نصف ملعقة كبيرة ملح، ملعقة صغيرة فلفل أكحل، حبة بصل، رأس ثوم، قليل من الزبدة، بيضة، ليمون، معدنوس.

التحضير: ننظف اللحم ونقطعه ونضعه في القدر ونفرم عليه البصل والثوم ونضيف له الملح والفلفل الأكحل والزبدة، ونترك الكل يتقلى مدة 10 دقائق. ثم نستخرج الجلبانة من قشرتها وننظفها ونضيفها إلى القدر مع إضافة 4 كؤوس ماء، ونتركها على نار متوسطة مدة 20 دقيقة ثم نضيف القرنون بعد تقشيره وتنظيفه ونتركها تطهى مدة 20 دقيقة أخرى مع إضافة كأس من الماء. وعند الطهي، نمزج البيضة والمعدنوس المقطع وعصير الليمون ونضيف هذا الخليط إلى المرق بعد إنزال القدر من فوق النار. وتقدم الأكلة ساخنة مزينة بالمعدنوس.



الفاصوليا الخضراء (زليڤو) بالمرق الأبيض

40 دقيقة ل 5 أشخاص.

المقادير:

1 كلغ فصوليا (زليڤو)، 500 غ لحم أحمر أو أبيض، نصف ملعقة كبيرة ملح، نصف ملعقة صغيرة فلفل أسود، حبة بصل كبيرة، رأس ثوم صغير، بيضة، حبة ليمون، معدنوس، قليل من الزبدة.

التحضير: ننظف اللحم ونقطعه ونضعه في القدر ونفرم الثوم والبصل عليهما مع إضافة الملح والفلفل والزبدة، ونتركها تتقلى لمدة 10 دقائق فوق نار متوسطة ومن جهة أخرى ينظف (الزليڤو) ويقطع إلى قطع متوسطة ويوضع في المقلاة مع قليل من الزيت ونتركه حتى يذبل ثم نضيفه إلى القدر، ونمرق بحوالي لتر ماء ونتركه لمدة 40 دقيقة فوق نار هادئة حتى يطهى، عندها نضيف المزيج من البيض والليمون والمعدنوس. ويقدم ساخنا مع شرائح الليمون والمعدنوس.



الفاصوليا الخضراء (زليقو) بالمرق الأحمر

50 دقيقة

لـ 5 أشخاص.

المقادير:

1 كلغ فاصوليا (زليقو)، 250 غ لحم، حبة بصل، قليل من الثوم، فلفل أكحل، ملح، نصف كأس زيت، 4 حبات طماطم، كسبر.

التحضير: ننظف اللحم ونقطعه ونضعه في القدر مع فرم البصل والثوم وإضافة الزيت والملح والفلفل الأكحل، ونترك الكل يتقلى مدة 8 دقائق ثم نضيف حوالي لتر من الماء ونتركه يطهى.

ومن جهة أخرى نأخذ الزليقو وننظفه ونقطعه قطعا صغيرة ثم نقليه في الزيت وبعد ذلك نضيفه للمرق ونتركه مدة 30 دقيقة حتى يطهى.

ثم ننظف حبات الطماطم ونقطعها قطعا صغيرة ثم نضيفها مع الزليقو، ونترك القدر فوق النار مدة 10 دقائق حتى تطهى. ويقدم مزينا بالكسبر.



كرنب (الكرم) بالمرق الأحمر

50 دقيقة

لـ 5 أشخاص.

المقادير:

300 غ لحم، رأس كرنب صغير، ملعقتين طماطم مصبرة، نصف ملعقة كبيرة ملح، نصف ملعقة صغيرة فلفل أسود، حبة بصل، 3 ملاعق زيت، رأس فلفل حار، كسبر.

التحضير: يقطع اللحم و ينظف و يوضع في القدر، و نفرم عليه البصل والثوم و نضيف الملح، والفلفل والزيت والطماطم ونتركها تتقلى مدة 5 دقائق ثم نرق بحوالي 4 كؤوس من الماء. و نتركها لتطهى مدة 30 دقيقة ومن بعد ننظف الكرنب و نقطعه ثم نضعه في إناء مع الماء و الملح و نتركه فوق النار مدة 15 دقيقة ثم يصفى من الماء جيدا ويضاف إلى القدر (المرق) ونتركه حتى يجف المرق كله، ثم نطفئ النار. ويقدم مزينا بالكسبر.



القرنبيط (بروكلو) بالمرق الأحمر

40 دقيقة لـ 5 أشخاص

المقادير:
رأس قرنبيط (بروكلو) متوسط، 4 حبات طماطم، حبة بصل، رأس ثوم، نصف كأس زيت، قليل من الملح، قليل من الفلفل الأسود، بيضة، قليل من الفرينة، وقليل من الماء، الزيت للقلي.

التحضير: ضعي الزيت في القدر مع الملح، والفلفل، وافرمي معهم البصل والثوم والطماطم، واتركي الكل يتقلى مدة 5 دقائق، ثم امرقي بحوالي 4 كؤوس من الماء، واتركيه يطهى لمدة 30 دقيقة ومن جهة ثانية نظفي البروكلو وقطعيه على شكل أزهار، ثم ضعيه في إناء آخر مع الماء والملح واتركيه يطهى، ثم صفيه من ماء الطهي وضعيه في صحن وحده، وخذي البيضة واخفقيها مع قليل من الفرينة وقليل من الماء ثم اغمسي زهور البروكلو في هذا الخليط، واقليها في المقلات وعند الانتهاء، صبيه في المرق واتركيه لمدة 5 دقائق حتى يتخثر المرق واطفئي النار. ويقدم ساخنا ومزينا بالكسبر.



فول أخضر بالمرق الأحمر

50 دقيقة لـ 5 أشخاص.

المقادير:
1 كلغ فول أخضر، نصف كلغ طماطم حب، رأس ثوم، نصف ملعقة كبيرة ملح، نصف ملعقة صغيرة فلفل أكحل، نصف كأس زيت صغير، قليل من الكسبر.

التحضر: ننظف الفول الأخضر الطري ونقطعه قطعا متوسطة ونضعه في القدر، ثم نفرم عليه الثوم والفلفل الأكحل نضيفه إلى كمية الزيت، ونتركه يتقلى دون ملح، لمدة 5 دقائق، ثم نمرق بلتر من الماء، ونتركه فوق النار مدة 30 دقيقة حتى يطهى ثم نضيف الطماطم المفرومة والملح ورأس فلفل حار، ثم نتركها مرة اخرى 20 دقيقة فوق النار حتى يتخثر المرق. ويقدم مزيّنا بالكسبر.

ملاحظة : يمكن إضافة قطع الدجاج إليه



فول أخضر (حب) بالطماطم

35 دقيقة ل 5 أشخاص.

المقادير:

1 كلغ فول أخضر (حب)، بصل، رأس ثوم، فلفل أكحل، ملح، زيت، 3 حبات طماطم، كسبر.

التحضير: نأخذ الفول ونقيه وننظفه ثم ننزع منه الحجاب الأسود ويوضع في إناء مع الماء والملح فوق النار لمدة 20 دقيقة حتى يطهى.

ومن جهة أخرى نأخذ البصل والثوم ونفرمهما مع الزيت ونضيف الملح والفلفل وكأس ماء كل هذا يوضع في القدر ونتركها مدة 10 دقائق، حتى يجف الماء، بعدها نقشر الطماطم ثم نقطعها ونضيفها ونضيف كذلك الفول وكأس ماء ثم نترك الكل ينضج مدة 15 دقيقة حتى يتخثر.

ويقدم مزينا بالكسبر.



فول أخضر (كرابط) بالمرق الأبيض



1 ساعة ل 5 أشخاص.

المقادير:

نصف كلغ فول أخضر، 500 غ لحم، حبة بصل، رأس ثوم، ملح، فلفل أسود، ملعقة سمن، بيضة، حبة ليمون، معدنوس.

التحضير: نقطع اللحم وننظفه ونضعه في القدر ونفرم عليه البصل والثوم ويضاف له الملح والفلفل والزبدة أو السمن ونتركه ليتقلى لمدة 10 دقائق.

ومن جهة أخرى ننظف الفول ونقطعه ونضيفه إلى المرق ونتركه فوق النار مدة ساعة كاملة.

وعندما يطهى نصب عليه صفار حبة البيضة بعد خلطها مع عصير الليمون والمعدنوس.

وتقدم ساخنة مزينة بشرائح الليمون وقطع المعدنوس.



الخرشوف (قرنون) محشي

50 دقيقة ... لـ 5 أشخاص.

المقادير:

2 كلغ قرنون، 300 غ لحم مرحي، 500 غ لحم مقطع، حبتين بصل، ملعقة ملح، نصف ملعقة صغيرة فلفل أسود، ملعقتين زيت، بيضة، معدنوس ونصف ملعقة نشاء صغيرة.

التحضير: نضع اللحم المقطع في القدر ونضيف له البصل والزبدة والملح والفلفل ونتركها تتقلى لمدة 10 دقائق، ثم نمرق بلتر ماء، ونتركها فوق نار متوسطة لمدة 30 دقيقة.

ومن جهة ثانية نأخذ القرنون نقشره ونثقبه في الوسط، ونحشوه بخليط من اللحم المفروم مع المعدنوس والملح والفلفل والبصل المفروم والنشاء وملعقتين من البيض المخفوق كل هذا نحشي به حبات القرنون ثم نرمي القرنون المحشي في القدر مع اللحم ونترك الكل للطهي مدة 15 دقيقة. تقدم ساخنة وتزين بالمعدنوس المقطع في عصير الليمون.



قرنون محشي بالبطاطا



20 دقيقة ... لـ 5 أشخاص.

المقادير:

2 بيضتان مسلوقتان ، 5 حبات قرنون منظفة، 3 حبات بطاطا مسلوقة ، قليل من المايونيز، مقطع، حبات جمبري (كروفات).

التحضير: نسلق حبات القرنون في الماء والملح حتى يطهى جيداً وبعد ذلك نفرم حبات البطاطا ونخلطها مع المايونيز ونحشو بها حبات القرنون، ثم نزين كل حبة قرنون بحبة جمبري بعد أن يكون قد سلقناه في الماء ثم نرش على حبة القرنون المزينة بالجمبري البيض المسلوق المبشور.



طماطم محشية

20 دقيقة ـ لـ 5 أشخاص.

المقادير:

1 كلغ طماطم من النوع الجيد، 300 غ لحم مفروم، رأس ثوم، حبة بصل، نصف ملعقة ملح كبيرة، نصف ملعقة فلفل أسود صغيرة، كأسين زيت، قليل من الأرز المسلوق، معدنوس، بيضة.

التحضير: ننظف الطماطم ونفرغها من اللّب، ونضعها جانبا في إناء وحده، ونضيف لها اللحم المفروم والبصل المرحي مع الثوم والملح والفلفل، والأرز، ونضعها فوق النار لتطهى وعند طهيها نتركها حتى تبرد، ثم نخفق البيضة جيدا ونضيفها لها (أي الخليط) وبهذا الخليط نحشي حبات الطماطم،، ثم نضعها في صينية الفرن ونصب فوقها الزيت ونتركها في الفرن مدة 15 دقيقة حتى يجمد اللحم ويحمرّ. وتقدم مع الأرز أو مع سلاطة.ويقدّم الصحن مزيّنا بحبات من الطماطم.



طماطم محشيّة بالأرز

10 دقائق ـ لـ 5 أشخاص.

المقادير:

6 حبات طماطم، 150 غ لحم مرحي، قليل من الأرز، قليل من الحمّار، ثوم، بصل، معدنوس، ملح، فلفل أسود.

التحضير: نأخذ الأرز وننظفه ثم نتركه يغلي في الماء والملح حتى يطهى. ثم نفرم البصل والثوم والمعدنوس ونتركهم يذبلون، وعندها نضيف لب الطماطم مع إضافة الملح والفلفل ونترك الكل ليطهى جيداً ثم نضيف اللّحم المفرومة والأرز. ونحشي بها حبات الطماطم ونرشها بالحمّار من فوق وندخلها إلى الفرن لمدة 10 دقائق.

فلفل محشي

35 دقيقة

لـ 5 أشخاص.

المقادير:

نصف كلغ فلفل حلو، 500 غ لحم عادي، 250 غ لحم مفروم، حبة ونصف بصل، نصف ملعقة كبيرة ملح، نصف ملعقة صغيرة فلفل أكحل، ملعقتين زبدة، بيضة ، حبة ليمون، قليل من المعدنوس.



التحضير: نضع اللحم في القدر بعد تقطيعه، ثم نفرم عليه البصل ونضيف له الزبدة والملح والفلفل الأكحل، ونتركها تتقلى مدة 10 دقائق، فوق نار هادئة، ثم نمرقها بـ 4 كؤوس كبيرة ماء، ونتركها تطهى مدة 20 دقيقة. ومن جهة أخرى نحضر عجين اللحم بالبصل المفروم والمعدنوس والملح والفلفل الأكحل ونضيف البيضة ونخلط الكل مع بعض، ثم ننظف الفلفل ونثقبه من جهة واحدة (جهة الغصن) وننقيه من البذور جيدا، ونحشوه باللحم المفروم والذي قد حضرناه ثم نقلي هذا الفلفل المحشي في الزيت، وبعدها نضيفه إلى القدر ونترك الكل للطهي مدة 5 دقائق.

وتقدم الأكلة مزينة بقطع الليمون مع المعدنوس.

فلفل حلو مع قطع الدّجاج

لـ 5 أشخاص.

المقادير:

قطع لحم دجاج، نصف كلغ فلفل الحلو، حبتان طماطم، حبة بصل، رأس ثوم، فلفل أسود، قليل من الزيت.



التحضير: نضع لحم الدجاج مع البصل المقطع والثوم والملح والفلفل والزيت ثم نترك الكل يتقلى لمدة 10 دقائق.

نأخذ الفلفل حلو ونشويه ثم نقشره جيّدا ونقطعه قطعاً صغيرة ونضيفه إلى اللّحم.

من جهة أخرى نقشر الطماطم ونقطعها ثم نضيفها إلى القدر مع اللّحم ونتركها لتطهى، ومن الأفضل ألا نضيف الماء. ويقدم هذا الطبق مزين بالدبشة (الكسبر) والزيتون.



باذنجان محشي بالطماطم



لـ 5 أشخاص.

المقادير:

4 حبات باذنجان، 1/2 كلغ طماطم، قليل من الزيت، بصلة، ملح، فلفل أسود، ثوم، خبز مرحي، معدنوس.

التحضير: ينظف الباذنجان ويقطع إلى اثنين، ثم يفرغ مما بداخله (اللب)، ثم يوضع في المقلاة فوق النار أي (اللب) مع الزيت والبصل والثوم والمعدنوس والكل (مفرومين) حتى يذبل الكل بعد ذلك نضيف الطماطم والملح والفلفل الأسود ويترك الكل حتى يتخثر. ثم نأخذ حبات الباذنجان ونملأها بخليط الطماطم ثم نضعها في صينية وندخلها الفرن ونصب عليها الزيت ثم نرش الباذنجان بالخبز المرحي ونتركه يطهى ويُحمر جيداً. ويقدم في المناسبات.



باذنجان محشي باللحم



لـ 5 أشخاص.

المقادير:

4 حبات باذنجان، 100 غ أرز، 200 غ لحم مفروم (مرحي)، حبتين طماطم، حبتين بصل، فصين ثوم، 3 ملاعق زيت، ملح، فلفل أسود، علبة قشدة طرية (كريم فراش)، عود رند، قليل من المرق.

التحضير: - نضع الأرز في الماء والملح ونتركه يغلي مدة 15 دقيقة حتى يطهى. وبعد ذلك نصفيه من الماء.

- ننظف الباذنجان ونشقه إلى نصفين طولا، وننزع منه اللّب، ونفوره في الكسكاس لمدة 10 دقائق.

- نضع ملعقة زيت في المقلات ونتركه يسخن ونضع فيه اللحم المفروم والبصل المفروم، ثم نقشر الطماطم ونقطعها إلى مكعبات ونضيفها مع اللحم ولب الباذنجان المفروم والزبدة والمعدنوس ثم نترك الكل يطهى مدة 15 دقيقة.

- نضيف الأرز إلى اللحم وهو في المقلاة.

- نحشي حبات الباذنجان بعد فورانها بالخليط ونضعه في صينية الفرن ونصب عليه الزيت وندخلها الفرن لمدة 30 دقيقة ونتركها حتى تطهى. نقدم الأكلة في صينية الفرن.



باذنجان بالمرق أبيض

30 دقيقة — لـ 5 أشخاص.

المقادير:
300 غ لحم، نصف كلغ باذنجان، قليل من الملح، قليل من الفلفل الأسود، ملعقتين سمن، حبة بصل، كروية، رأس ثوم، بيضة، حبة ليمون، قليل من المعدنوس، زيت للقلي.

التحضير: ينظف اللحم ويقطع ويوضع في القدر، ونفرم عليه البصل والثوم، ونضيف له الملح، والفلفل والكروية، والسمن، ونترك الكل يتقلى مدة 5 دقائق ثم نمرق بـ 3 كؤوس ماء بالتقريب، ونتركها لتطهى مدة 25 دقيقة. ومن جهة أخرى ينظف الباذنجان ويقطع إلى حلقات ثم يقلى في الزيت حتى يحمر ويضاف إلى القدر ونتركه فوق النار مدة 5 دقائق، حتى يتخثر المرق. وبعد ذلك نأخذ صفار البيض والمعدنوس وعصير الليمون ونمزج الكل جيدا ونصبه في القدر. ويقدم الأكل مزينا بحلقات من الليمون والمعدنوس.

ملاحظة: نستطيع أن نغمسه في البيض ونقليه ونضيفه إلى المرق



لاموسكة باذنجان والليمون

10 دقائق — لـ 5 أشخاص.



المقادير:
1 كلغ باذنجان، 2 حبات طماطم، حبة ليمون، 250 غ لحم مفروم، رأس ثوم، ملح، فلفل، حبة بصل، كسبر، 3 بيضات، زيت (كأس).

الكيفية والتحضير: ينظف الباذنجان، ويقطع بالطول ويقلى في الزيت ثم يترك جانباً.
نأخذ البصل والثوم ونقوم بفرمهما، ثم نضعهما في المقلاة مع الزيت حتى يذبلان، عندها نضيف لهما الطماطم المقطعة إلى مكعبات ونخلط معهم اللّحم المفروم ونتركها ونتركهم مدة في الطهي مع التحريك، ونضيف الملح والفلفل.
ومن جهة أخرى نأخذ قالب الفرن ونفرشه بقطع الباذنجان المقلي ونغطيه بخليط اللّحم والطماطم ثم ندخلها إلى الفرن ونتركها حتى تغلي ثم نأخذ صفار البيض وعصير الليمون ونصبهما فوق القالب ونتركه حتى يتجمد البيض ثم نخرجه من الفرن. وتقدّم الأكلة مع السلاطة.



عدس بالمرق الأبيض



د 5 أشخاص.

المقادير:

300 غ عدس، 400 غ لحم، فلفل أسود، ملح، ثوم، بصل، قطعة زبدة، حبة جزر، معدنوس.

التحضير: نضع اللحم المقطع في القدر، ونضيف له البصل والثوم المفرومين، ثم نضيف الملح والفلفل الأسود وقطعة زبدة، ونتركها تقلى لمدة 8 دقائق ثم نمرق بـ 3 كؤوس من الماء ونتركها تطهى لمدة 30 دقيقة، ومن جهة أخرى نضع العدس في القدر مع مكعبات الجزر، في الماء ونتركه يطهى لمدة 3 ساعات وبعد الطهي يضاف إلى القدر، نتركه حتى يتخثر المرق ويقدم مزيّنا بالمعدنوس.



عدس بالمرق الأحمر

40 دقيقة

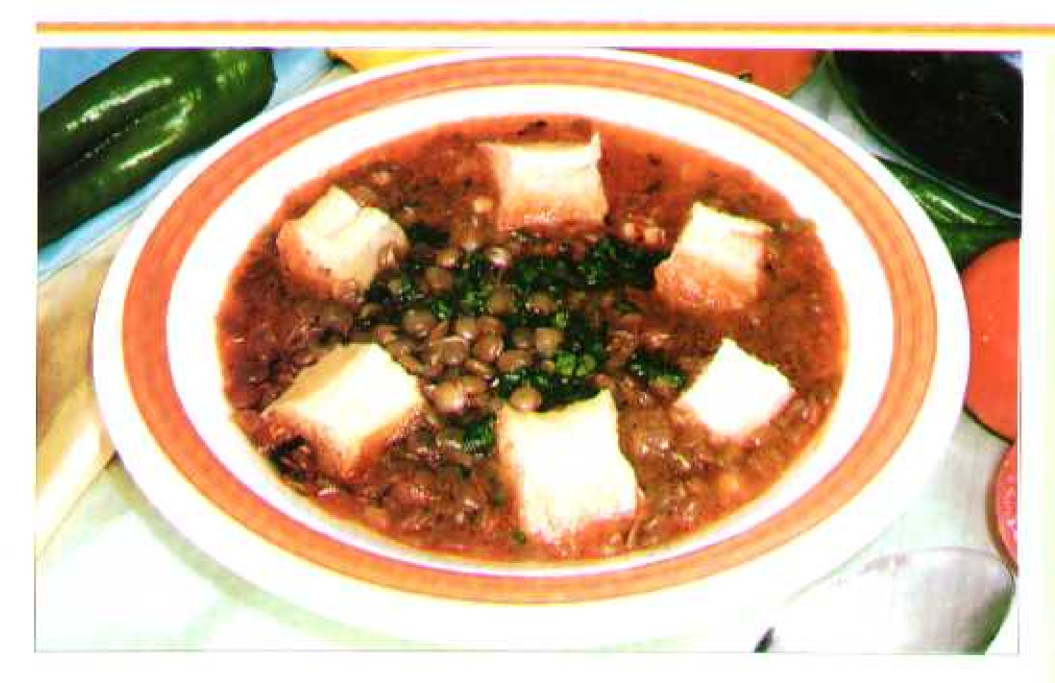
د 5 أشخاص.

المقادير:

100 غ لحم، 200 غ عدس جاف نصف ملعقة كبيرة ملح، نصف ملعقة صغيرة فلفل أكحل، حبة بصل، قليل من الثوم، ثلاث ملاعق زيت، ملعقتين طماطم، كسبر.

التحضير: ننقي العدس وننظفه ثم نضعه مع الماء في القدر فوق الموقد بنار قوية، وعندما يطهى نصفيه ونضعه جانبا.

ومن جهة ثانية ننظف اللحم ونقطعه ونضعه في القدر ونفرم عليه البصل والثوم، ثم نضيف الزيت والملح وملعقة الطماطم ونتركه ليتقلى لمدة 10 دقائق، ثم نمرق بحوالي لتر ونصف من الماء ونتركه فوق موقد بنار قوية مدة 30 دقيقة وعندما نلاحظ أن اللحم قد نضج نصب العدس في القدر ونضيف ملعقة طماطم وكأس ماء ونتركه حتى يتخثر مدة 10 دقائق، ثم نطفئ الموقد. ويقدم مزيّنا بالكسبر.



العدس بدون لحم

1 ساعة ل 5 أشخاص.

المقادير:

300 غ عدس جاف، نصف كأس زيت، نصف ملعقة كبيرة ملح، نصف ملعقة صغيرة فلفل أكحل، ملعقتين طماطم، حبة بصل، رأس ثوم.

التحضير: ننقي العدس وننظفه ونضعه في القدر مع حوالي لتر من الماء ونتركه حتى ينضج فوق نار قوية، ثم نفرم عليه البصل والثوم ونضيف إليه الزيت والملح والفلفل الأكحل، والطماطم ثم نتركه فوق النار مدة 20 دقيقة حتى يتخثر. ويقدم مزيّنا بالكسبر أو حسب الرغبة.



تربيّة بالمرق


30 دقيقة ل 5 أشخاص.

المقادير:

نصف كلغ بطاطا، نصف كلغ كوسة (جريوات)، 4 حبات طماطم، 3 حبات باذنجان، رأس ثوم، نصف كأس زيت، قليل من الفلفل الأكحل، قليل من الملح، كسبر.

التحضير: ننظف كل الخضر ونقطعها قطعا صغيرة، ثم نفرم عليها الثوم مع إضافة الفلفل الأكحل، والملح والزيت، ثم نضع القدر فوق النار لتتقلى مدة 5 دقائق، ثم بعد ذلك نمرق بحوالي لتر من الماء ونتركها تنضج فوق نار قوية، مدة 20 دقيقة ثم من جهة أخرى ننظف حبات الطماطم ونقطعها قطعا صغيرة ونضيفها للمرق ثم نتركها تطهى لمدة 10 دقائق مع إضافة رأس فلفل حار. وتقدم مزينة بالكسبر.



قلايـــــة

40 دقيقة — لـ 5 أشخاص.

المقادير:
فؤاد أو معلاق خروف دون كبد، رأس ثوم، حبة بصل كبيرة، 4 حبات طماطم ، فلفل أسود، نصف ملعقة كبيرة ملح، نصف ملعقة طماطم مصبرة، قليل من الكسبر.

التحضير: يقطع الفؤاد (الْـفَّادْ) قطعا كبيرة ثم يغلى في الماء، ثم يصفى وينظف، ثم يقطع قطعا صغيرة ويوضع في القدر، ويفرم عليه كل من البصل، والثوم والطماطم مع إضافة الملح والفلفل والكسبر ويترك يتقلى جيدا مدة 8 دقائق ثم نمرق بحوالي لتر من الماء ويترك مرة أخرى على نار متوسطة مدة 20 دقيقة، وعندما يطهى اللحم نضيف الطماطم المصبرة، مع إضافة كأس ماء، ونتركه مدة 15 دقيقة. ونقدم الأكلة مزينة بالكسبر المقطع.



كرش خروف (الــدوارة)

40 دقيقة — لـ 5 أشخاص.

المقادير:
دوّارة خروف، 3 حبات طماطم، نصف ملعقة ملح، قليل من الكسبر، فلفل أسود، بصلة، ملعقة كبيرة طماطم مصبرة، رأس فلفل حار، معدنوس، كرافس.

التحضير: ننظّف الدوارة جيدا ونغلّيها في الماء، ثم نقطعها قطعا صغيرة ونضعها في القدر ونفرم عليها البصل والطماطم والمعدنوس والكسبر والملح والفلفل، الأسود والكرافس والفلفل الحار، ونضعها فوق النار تتقلى مدة 10 دقائق ونمرق بحوالي لتر ونصف ماء، لمدة 25 دقيقة فوق نار متوسطة وعندما تقترب من الطهي نضيف إليها الطماطم المصبرة ونمرق مرة أخرى بكأس ماء ونتركها فوق النار مدة 15 دقيقة. وتقدم مزينة بالكسبر.



سبانخ (سلق) باللحم



ل 5 أشخاص.

المقادير:

250 غ لحم أبيض الأحسن أن يكون من الصدر، حبة بصل، ثوم، فلفل أكحل، ملح، معدنوس، ربطة سلق، ملعقة طماطم مصبرة، حبتين طماطم وقليل من الزيت.

التحضير: نقطع اللحم قطعا صغيرة جدا، ثم نضعها في القدر ونضيف لها الملح، والفلفل الأكحل، والثوم والبصل المفرومين وملعقة طماطم مع الزيت، ونترك الكل يتقلى مدة 5 دقائق ثم نمرق بكأس ماء ثم ننظف السلق ونقطعه مع المعدنوس ثم نضيفه إلى القدر مع الخلط المستمر ويترك ليطهى مدة 20 دقيقة حتى يجف وعندها نقشر الطماطم ونضيفها له ونترك الكل فوق النار مدة 10 دقائق.

وتقدم مزينة بالمعدنوس.



طبخة كباب

50 دقيقة

ل 5 أشخاص.

المقادير:

1 كلغ لحم بقر، نصف ملعقة ملح كبيرة، نصف ملعقة صغيرة فلفل، حبة بصل كبيرة، ملعقتين طماطم، رأس ثوم، قليل من الكسبر، 2 ملاعق زبدة.

التحضير: يأخذ اللحم ويقطع على شكل مكعبات متوسطة بدون عظم، ثم يفرم الثوم والبصل، ثم يضاف الفلفل والملح والزبدة، ويوضع القدر فوق النار وتترك لتقلى مدة 10 دقائق حتى يتحمر اللحم، ثم نضيف ملعقتين طماطم ونمرق بحوالي لتر ماء، وتترك لتطهى مدة 40 دقيقة فوق نار متوسطة حتى يتخثر المرق وتقدم الأكلة مزينة بالكسبر.



حمص بالبصل

50 دقيقة ل 5 أشخاص.

المقادير:

نصف كلغ حمص، نصف ربطة بصل أخضر، زيت الزيتون، ملح، فلفل أكحل، كمون، ملعقتين طماطم، كسبر.

التحضير: نضع الحمص بيوم سابق في الماء والبكاربونات، حتى يصبح لينا، ثم يصفى وينظف، ويوضع في القدر مع حوالي لترين ماء، ويترك مدة ليطهى جيدا ويضاف إليه الزيت والملح والكمون وملعقتين طماطم مع البصل المفروم والثوم كذلك، ويترك فوق النار مدة 20 دقيقة حتى يتخثر المرق.

تقدم ساخنة ومزينة بالبصل المقطع والمعدنوس أو حسب الرغبة.



البصل باللّحم



35 دقيقة ل 5 أشخاص.



المقادير:

نصف كلغ لحم، نصف كلغ بصل، رأس ثوم، نصف ملعقة كبيرة ملح، نصف ملعقة صغيرة فلفل أكحل، 4 حبات طماطم، كسبر، قليل من الزيت، رأس فلفل حار.

التحضير: ننظف اللحم ونقطعه ونضعه في القدر ويفرم عليه البصل والثوم، ويضاف له الملح والفلفل وحبة الطماطم مفرومة كذلك، والزيت، ونتركها تتقلى مدة 10 دقائق، ثم نمرق بكأس ونصف من الماء، ونتركها فوق نار هادئة مدة 20 دقيقة ومن جهة أخرى يقطع البصل قطعا كبيرة، وننتظر حتى يجف المرق في القدر ولا يبقى منه إلاّ قليلا، هنا نضيف البصل للقدر ونتركه يطهى مدة 20 دقيقة تقريبا أي حتى يطهى البصل وبعد ذلك نقشر الطماطم ونقطعها قطعا صغيرة ثم نضيفها مع رأس الفلفل الحار. وبعد ذلك نتركها حتى تجف من المرق نهائيا. وتقدم مزينة بالكسبر.



سردين بالمرق

25 دقيقة — لـ 5 أشخاص.

المقادير:

1 كلغ سردين، ملعقتين طماطم، ملح، فلفل أسود، رأس ثوم، حبة بصل، كمون، زيت، معدنوس، كسبر، قليل من الفرينة.

التحضير: تنظف السردين وننزع منه شوكه، ونضعه جانبا، ثم نفرم الثوم ونأخذ منها نصف الكمية ونضعها في القدر ونضيف الملح والزيت، والفلفل الأسود وملعقة ونصف طماطم ونتركها تتقلى لمدة 5 دقائق، ثم نمرق بحوالي كأسين ماء، ونتركها تطهى فوق نار متوسطة.

ومن جهة أخرى نأخذ باقي البصل والثوم المفروم ونضيف نصف ملعقة طماطم والملح، والفلفل الأسود ونقطع المعدنوس والكسبر ونمزج الكل جيدا ثم نحشي هذا المزيج بطن السمكة حتى ننتهي من كل السمك ونضع سمكة فوق أخرى ونغمسها في الفرينة ونقليها في الزيت وعندما تنتهي من قليها نرميها في المرق ونتركها تتخثر مدة 10 دقائق. ونقدم الأكلة ساخنة مزينة بالكسبر.

ملاحظة: يمكن قلي السردين بدون حشي ونرميه مع المرق



شطيطحة كلمار



1 ساعة — لـ 5 أشخاص.

المقادير:

1 قرنبيط، فصين من الثوم، حبة بصل، ملح، فلفل أسود، كمون، صلصة طماطم، أي نوع من الخضر التي تفضلينها.

التحضير: بعد تنظيف القرنبيط وتقطيعه نأخذ الثوم والبصل وقليلًا من الزيت نضعه في القدر ونتركه على نار عادية حتى تتقلى ثم نضيف القرنبيطَ المقطع لكي يتقلى هو أيضًا ثم نضيف قليلًا من الملح والفلفل الأسود والكمون والماء بعدها صلصة الطماطم ثم نضيف أي خضر مفضلة حتى تطهى ثم نرفعه من فوق النار ونقدمه كوجبة كاملة.



بطاطا بالكرافس والدّجاج



لعدة أشخاص.

المقادير:

نصف دجاجة، حبتين بصل، 1/2 كلغ كرافس، كلغ بطاطا، 2 ملاعق سمن، كأس حليب، جبن مرحي، ملح، فلفل، قرفة، رند.

الكيفيّة والتحضير: نأخذ الدّجاجة وننظفها ونملحها، ونرشها بالقرفة والفلفل أسود ثم نحمّرها في القدر مع الزيت، وعندما تحمرّ نضيف الرند والكرافس والبصل (المقطع حلقات) ونضيف كأسين ماء والملح ونتركها تطهى على نار متوسطة.

ومن جهة أخرى نأخذ كأس حليب ونغليه ثم نضيف له البطاطا المفرومة (المرحية) ونخلطهما جيدًا.

ندهن صينية الفرن ونضع فيها قطع الدّجاج ثم فوقها قطع الكرافس والبصل ثم البطاطا المرحية ثم نرشها بالجبن وندخلها إلى الفرن لتطهى أو ندخلها حتى تغلي فنرشها بالجبن ونعيدها لتطهى مدة 10 دقائق. وتزين حسب الرغبة.



بطاطا مع الفلفل الحلو

48 دقيقة — لـ 5 أشخاص.

المقادير:

1 كلغ بطاطا، نصف كلغ فلفل حلو، نصف كلغ طماطم، رأس ثوم، نصف ملعقة كبيرة ملح، نصف ملعقة صغيرة فلفل أسود، نصف كأس زيت، رأس فلفل حار.

التحضير: تقشر البطاطا والطماطم وتقطع قطعا متوسطة وكذلك الفلفل الحلو ويوضع الكل في القدر مع إضافة الثوم المفروم والزيت والفلفل الأسود، ونضع القدر فوق النار لمدة 8 دقائق حتى تتقلى جيدا، ثم نصب عليها حوالي لتر ماء ونتركها لمدة 35 دقيقة حتى يتخثر المرق... وتقدم ساخنة.



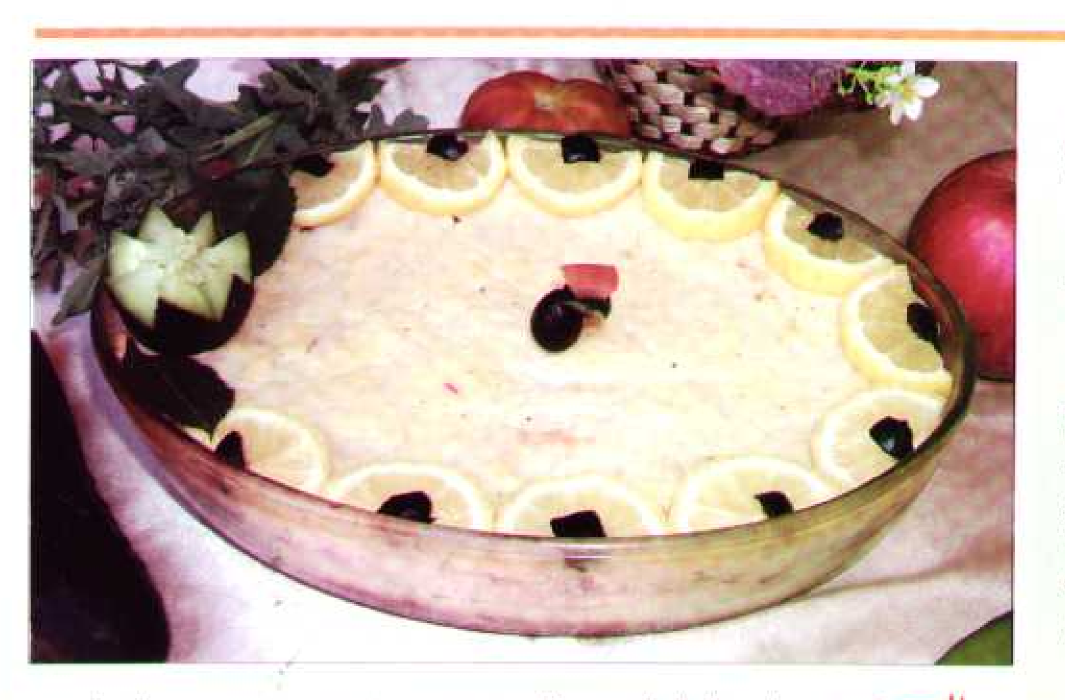
خضر بالدجاج

50 دقيقة — لـ 6 أشخاص.

المقادير:

1/2 كلغ لحم دجاج، 3 حبات كوسة (جريوات)، 3 رؤوس فلفل حلو، 3 حبات باذنجان، 3 حبات طماطم، 1/2 كأس زيت الزيتون، رأس ثوم، حبة بصل، ملح، فلفل، زعتر، 2 أوراق الرند.

التحضير: نضع مقلاة فوق النار نصب الزيت نتركه يسخن، ننظف جميع الخضر ونقطعها ثم نرمي الباذنجان يطهى حتى يذبل ثم الجريوات حتى نكمل كل الخضر وبعدها نضيف ورق الرند والزعتر ومن جهة أخرى نفرم البصل ونأخذ قدرا ونضع فيه قطع الدجاج ثم نضيف البصل وعندما يحمر الدجاج نرميه مع الخضر ونتركها تطهى لمدة 20 دقيقة، ثم ندهن قالب الفرن بالزيت ونصب الخليط فيه وندخله للفرن ليكمل نضجه لمدة 20 دقيقة أخرى ونرش عليه المعدنوس ونقدمه كوجبة كاملة.



بطاطا GRATIN



لـ 4 أشخاص.

المقادير:

1/2 كلغ بطاطا، 250 غ لحم مفروم، حبتين طماطم، ملح، فلفل أسود، 50 غ زبدة، 100 غ جبن، زيت، نصف كأس حليب وللتزين الليمون والزيتون، 3 بيضات.

التحضير: نسلق البطاطا في الماء ثم نقشرها ونفرمها ونضيف لها البيض والحليب والزبدة والجبن والملح والفلفل ثم نتركها جانبًا ومن جهة أخرى نأخذ الطماطم ونقشرها ثم نقطعها إلى مكعبات ونضعها في مقلاة مع ملعقتين من الزيت ونضيف إليها اللحم المفروم والملح والفلفل ونتركها تطهى ثم نأخذ قالبًا مدهونًا ونضع قسمًا من البطاطا المرحية ثم نضيف إليها اللحم المفروم ونغطيه بالبطاطا ثم ندخلها إلى الفرن لمدة 25 دقيقة وفي الأخير نزين الطبق بالليمون والبيض المسلوق والزيتون.



البطاطا بالكمون

30 دقيقة — لـ 5 أشخاص.

المقادير:

1 كلغ بطاطا، 3 حبات طماطم، ثوم، كمون، 1 ملعقة طماطم مصبرة، بصل، زيت، حمّار، ملح، فلفل أسود، كأس ماء.

التحضير: نسلق البطاطا ونقشرها ونقطعها إلى مربعات، ثم نتركها جانبًا، ثم نأخذ قدرا ونضع فيها الطماطم المقطعة ونتبلها بالملح والفلفل الأسود ونهشم عليها البصل والثوم ونضيف لها الزيت وقليلًا من الماء ونتركها تتقلى فوق نار متوسطة وبعد ذلك نصب عليها كأسًا من الماء وبعدها بقليل نضيف لها الحمّار والكمون وبعد أن تطهى صلصة الطماطم نضع البطاطا في صحن التقديم ونصب عليها صلصة الطماطم و نزين حسب الرغبة.



مثومة بالكرشة



50 دقيقة — لـ 5 أشخاص.

المقادير:

كرشة بقر، 3 حبات طماطم، 2 ملاعق كبيرة زيت، 5 سنات ثوم، ملعقة كمون، فلفل أسود، 1/2 ملعقة كبيرة خل، ملح.

التحضير: إغلي الكرشة في الماء ثم أزيلي غشاءها ثم قطعيها إلى قطع متوسطة الحجم ثم ضعيها في قدر وأضيفي لها الملح والفلفل الأسود والبصل المبشور واقلي الكل على نار هادئة، ارحي الطماطم وأضيفيها إلى الكرشة ثم أضيفي الكمون ثم اسقي الكل بكأس من الماء واتركي الكلّ ينضج وبعد ذلك أضيفي الثوم والفلفل الحار وفي الأخير تأكدي من كمية المرق المناسبة وأضيفي الخل وأطفئي النار.



فاصولياء باللحم والجبن



45 دقيقة لـ 5 أشخاص.

المقادير:

250غ لحم، حبة بصل، فاصولياء حب، 3 حبات بيض، 50غ جبن، ملعقة زبدة، ماء، ملح، فلفل أسود.

التحضير: نضع اللحم في قدر ونفرم عليه البصل ونتبلها بالملح والفلفل الأسود ونضيف الزبدة ونقلي ونتركها تتقلى لمدة 5 دقائق ثم نمرق بـ 3 كؤوس ماء ونضيف الفاصولياء المرطبة في الماء من قبل ونتركها تطهى لمدة 30 دقيقة مع اللحم بعد ذلك نأخذ قالب الفرن ونصب فيه الخليط ومن جهة أخرى نخفق البيض مع الجبن ويضاف له 4 ملاعق مرق ثم نصب في القالب خليط الجبن وندخله إلى الفرن لمدة 10 دقائق تقدم مع قليل من المرق حسب الرغبة. نزين حسب الرغبة.

كرش خروف (دوارة) بالخضر

1 ساعة لعدة أشخاص.

المقادير:

كرش خروف، 1/2 كلغ جلبانة، 5 حبات جزر، حفنة حمص مرطبة، 3 ملاعق زيت، 1/2 ملعقة زيت الزيتون، ملح، فلفل أسود، 4 حبات طماطم، 5 حبات من الكراث (بورو)، حبات جريوات، بصل، ثوم، فلفل أحمر.

التحضير: ننظف الدوارة ونتركها تغلي في الماء، ثم نقطعها إلى قطع صغيرة بعد أن نصفيها، نقليّ هذه القطع في الزيت ونضيف لها البصل والثوم المقطعان إلى حلقات ونتركها تتقلى على نار هادئة ثم نضيف الملح والفلفل الأسود، ونمرق بلتر من الماء ونترك الكلّ يطهى، ثم نضيف الحمص المرطبة، ومن جهة أخرى نقطع جميع الخضر المذكورة في المقادير ونضيفها إلى قطع (الدوارة) ونترك الكل يطهى على نار قوية لمدة 1/2 ساعة حتى يستوي المرق مع اللحم والخضر.



قالب قرنبيط (بروكلو) (GRATIN)



لـ 3 أشخاص.

المقادير:

1/2 كلغ قرنبيط بروكلو، قطعة من الزبدة، خبز مرحي، بيضة مسلوقة، معدنوس، ملح، فلفل أسود، بيضتان.

التحضير: نسلق البروكلو ونصفيه من الماء ثم نحمره في قطعة من الزبدة دون قليه ثم نأخذ وعاء ونضع فيه الخبز المرحي والبيضة المسلوقة المرحية والبيضتان ثم نضيف المعدنوس المقطع ونتبل بالملح والفلفل الأسود ونأتي بقالب ونضع فيه البروكلو ونصب فوقه الخليط وندخله إلى الفرن لكي يطهى بعد ذلك يقلب في صحن التقديم ونزينه بالليمون والمعدنوس و البيض المسلوق.



بسباس محشي



لـ 5 أشخاص

المقادير:

بسباس، لحم مفروم، حبتين طماطم، ملح، فلفل أسود، معدنوس، فصين، ثوم، زيت، بيضة.

التحضير: نقطع البسباس إلى نصفين ثم نفرغه من الداخل ثم نغلي الماء ونرمي فيه البسباس لمدة 5 دقائق بعد ذلك نأخذ وعاء ونضع فيه اللحم المفروم وقليلا من الزيت والمعدنوس المقطع ونهشم عليه فصين من الثوم ونتبل بالملح والفلفل الأسود ونضيف كذلك البيضة، ونخلط الكل مع بعضهم ونحشي به البسباس ونضعه جانبا، بعد ذلك نأخذ طنجرة ونضع فيها الطماطم والزيت والفلفل الأسود والملح ونقليها على نار هادئة ثم نضيف 1/2 [illegible] البسباس المحشي ونتركه يطهى لمدة 20 دقيقة بدون تحريك.

ملاحظة: نستطيع طهيه في الفرن



شربة البورو (الكراث)



لـ 4 أشخاص.

المقادير:

البورو (الكراث)، 2 حبات بصل، 2 حبات بطاطا، كأس حمص مرنخة، ملح، فلفل أسود، جبن، مرق دجاج، زبدة، زيت الزيتون.

التحضير: نقطع البورو والبصل والبطاطا ثم نضيف ملعقة الزبدة في القدر مع البورو والبصل والطاطا ونحرك قليلاً ثم نضيف زيت الزيتون ومرق الدجاج أو ماء ونترك الكل يطهى، وتقدم لأي حمية.



شرائح فلفل محشية



لـ 6 أشخاص.

المقادير:

1/2 كلغ فلفل حلو، 250غ لحم مفروم، ثوم، بصل، ملح، 1/2 كلغ طماطم حب، زيت، معدنوس، كسبر، فلفل أسود، زعتر.

التحضير: نقشر الطماطم ونقطعها إلى مربعات صغيرة، ونأخذ الفلفل الحلو ونشويه وننظفه، ثم نأخذ اللحم ونضيف له كلّ التوابل ثم نأخذ شرائح الفلفل ونحشيها باللحم ثم ندهن الصينية ونرتب فيها الشرائح ونصب الطماطم المقطعة ونضيف الزيت من فوق وندخله الفرن ونقدمه كوجبة كاملة مع الخبز.



الخرشوف (قرنون) بالكفتة



لـ 6 أشخاص.

المقادير:

1/2 كلغ لحم مرحي، 500 غ لب القرنون، بصلة مرحية، 4 أكواب من مرق اللحم، 1/2 كوب زيت، 2 ملاعق الطماطم المعلبة، ملعقة صغيرة ملح والفلفل الأسود، أرز.

التحضير: يخلط اللحم المرحي بكمية البصل والملح والفلفل الأسود ثم يشكل على شكل كرات توضع في القدرعلى نار هادئة، حتى يحمر البصل مع كرات اللحم وتنضج ثم يضاف القرنون ويترك ليطهى قليلا حتى يذبل، نسكب عليه بعد ذلك معجون الطماطم ممزوجا مع مرق اللحم فوق كرات اللحم، ويترك الخليط لينضج وفي وعاء آخر يحضر الأرز الذي يقدم إلى جانب الكفتة والقرنون.



الخرشوف (قرنون) Gratin



لـ 5 أشخاص.

المقادير:

الخرشوف، لحم مرحي، حليب (غبرة)، فرينة، حبة ليمون، بصل، معدنوس، ملح، فلفل أسود، جوزة الطيب، زبدة أو زيت، جبن.

التحضير: نضع الماء والملح وعصير الليمون ونخفقه جيدًا ثم نضع فيه حبات القرنون ثم نضع الكل في قدر يغلي فوق النار حتى تطهى حبات القرنون، وأثناء ذلك نضع في مقلاة البصل المقطع ونضيف له اللحم و المعدنوس ونتبله بالملح والفلفل الأسود وجوزة الطيب ونضيف الزبدة والفرينة لهذا الخليط ثم نصب عليه الحليب ‹بعد أن نكون قد غليناه في الماء› ونحرك الكل حتى نتحصل على صلصة ثقيلة، وبعد أن ينضج القرنون نقوم بتصفيته ونفرمه ونتركه يبرد قليلا ثم نضعه في قالب فرن ونصب عليه الصلصة التي أعددناها من قبل ونرش عليها الجبن وندخله إلى الفرن لمدة 15 دقيقة حتى يحمر.



خرشوف (قرنون) بالبشمال

30 دقيقة

ل 4 أشخاص.

المقادير:

8 حبات قرنون، 40غ زبدة، 30غ فرينة، 1/4 لتر حليب، ملح، فلفل أسود، حبة جوز الطيب، 150غ جبن مرحي.

التحضير: ننظف القرنون ثم نضعه في قدر مملوء بالماء ونضيف له الملح ثم نتركه يغلي حتى ينضج، ثم ننزع القشور من القلب ثم نقطعه إلى 4 قطع ونضعه في صينية الفرن ومن جهة أخرى نضع الزبدة في القدر ثم نضيف لها الفرينة وعندما تذوب نضيف لها الحليب وكل هذا على نار هادئة مع التحريك حتى يجمد ثم نضيف الملح والفرماج ثم نصب الخليط على صينية القرنون وندخله الفرن لمدة 25 دقيقة.



بطاطا كفتة



ل 5 أشخاص.

المقادير:

250غ لحم مرحي، 250غ بطاطا، ربطة معدنوس، ملح، فلفل أسود، زيت، فرينة، 3 حبات طماطم، طماطم مصبرة.

التحضير: نأخذ اللحم المرحي مع البطاطا المسلوقة والمرحية ونضيف المعدنوس والبصل المقطع والملح والفلفل الأسود ونخلط الكل حتى تكون عجينة متماسكة ثم نشكل على شكل كويرات صغيرة ونغمسها في الفرينة ثم نقليها في الزيت الساخن، ثم نحضر مرق الطماطم، فنقطع 3 حبات طماطم إلى مربعات صغيرة بعد تقشيرها و3 ملاعق طماطم مصبرة و نضع الملح والفلفل الأسود ونتركها حتى تطهى جيّدًا ثم نضيف حبات الكفتة إلى المرق ونتركها تطهى ثم نقدمها ساخنة.



باذنجان بالبشمال

40 دقيقة ل 5 أشخاص.

المقادير:

1 كلغ باذنجان، 250 غ لحم مفروم، 2 حبات طماطم، صوص بشمال : 4 ملاعق فرينة، ملعقة زبدة، كأس كبير حليب، ملعقة جبن مفروم طماطم طازجة.

التحضير: بعد غسل الباذنجان نقطعه إلى دوائر ونضعه في صحن مع قليل من الملح ونتركه مدة 15 دقيقة ليخرج منه الماء، ثم نقليه في الزيت وبعد ذلك نحضر وعاء ونضع فيه اللحم المفروم والطماطم المقطعة والبصل والثوم والمعدنوس ثم نأتي بقالب ونضع فيه طبقة باذنجان والطبقة الثانية من خليط اللحم ثم طبقة أخرى من الباذنجان ثم نصب فوقه صوص (بشمال) ونرشها بالجبن وندخلها إلى الفرن حتى تحمر.

تحضير البشمال: نضع في إناء الزبدة لتذوب ونضيف الفرينة ونحرك ثم نضيف الحليب دائمًا ونحرك ونتبل بالملح ونضيف الجبن ونزين بأبراج الطماطم.



شطيطحة بسباس



ل 5 أشخاص.

المقادير:

400 غ لحم، نصف كلغ بسباس، ملح، فلفل أسود، ماء، 2 ملاعق زيت، ملعقة كبيرة طماطم، كسبرة، بصل.

التحضير: نأخذ قدر نضع فيه اللحم نفرم البصل ونضيفه إلى القدر ونضيف الملح والفلفل الأسود والزيت ونتركه يتقلى لمدة 5 دقائق ثم نمرق بكأسين من الماء، ونضيف الطماطم ثم ننظف البسباس ونضيفه إلى القدر حتى يطهى ويتخثر المرق ثم نزينه بالكسبرة (الديشة).



كوسة(جريوات)بالطماطم محمرة في الفرن

30 دقيقة

لـ 6 أشخاص.

المقادير:

250غ لحم مفروم، نصف كيلو كوسة (جريوات)، بيضة، ملعقة معجون طماطم، 2حبات طماطم طازجة، جبن أصفر، قليل من الفرينة، فلفل أسود، جوز الطيب، معدنوس، زبدة.

التحضير: نأخذ الجريوات نقطعها بالعرض إلى نصفين ثم نبرشها ثم نفرغها من اللب، ثم نأخذ بصلة مقطعة مع اللحم المفروم ثم نضيف الملح والفلفل الأسود وجوزة الطيب ثم نضعهم فوق النار لمدة 10 دقائق حتى تطهى ثم نأخذ بيضة مع المعدنوس وقليلا من الملح ونخلطهما مع اللحم المفروم جيدا ثم نحشي بها الجريوات حتى نكملها ثم نضعها في قدر مملوء بالماء ونضيف لها قليلا من الملح ثم نضع الجريوات المحشية ونطهيها نصف طهي لمدة 5 دقائق بعد ذلك ننزع الجريوات ونضعها في صينية فرن ثم نحضر الصلصة : نضع ملعقة فرينة ملعقة من معجون الطماطم وزبدة وملح، وفلفل أسود وملعقتين طماطم مفرومة طازجة مع إضافة نصف كأس ماء ثم نتركها فوق النار حتى تعقد ثم نقوم بتفريغها فوق الجريوات المحشية وندخلها الفرن حتى تنضج ونقدمها ساخنة.



سفيرية باذنجان

50 دقيقة

لـ 5 أشخاص.

المقادير:

250غ قطع دجاج، ملح، فلفل أسود، بيضتان، ملعقتان فرينة، 250غ باذنجان، حبة ليمون، بصل، ثوم، معدنوس، زيت للقليان، ماء.

التحضير: نشوي الباذنجان، ونقشره، ثم نفرمه، ونضيف له الملح والفلفل الأسود، ثم نضيف له البيض والفرينة حتى يجف الخليط، ويكون عجينة متماسكة ونشكلها على شكل كويرات ثم نقليها في الزيت ونتركها جانبا.

المرق: نضيف قطع الدجاج ونفرم عليها البصل والثوم ونضيف لها ملعقة من الزيت والملح والفلفل الأسود ونتركها تتقلى ثم بحوالي نصف لتر ماء نتركها تطهى لمدة نصف ساعة ثم نضع الباذنجان في الصحن ونصب عليه المرق ونزينه بحلقات الليمون والمعدنوس.

ملاحظة : يمكن إضافة اللحم في عجينة الباذنجان.



بازلاء (جلبانة) باللحم المفروم



لـ 5 أشخاص.

المقادير:

200غ لحم مفروم، كيلو جلبانة، بصل مفروم، سمن أو زيت، بيض، فلفل أسود، ملح.

التحضير: ضعي كمية السمن في قدر أضيفي البصل المفروم وقليه على نار هادئة حتى يذبل البصل بعدها أضيفي كمية اللحم المفروم ثم أمزجي جيدًا المقادير واستمري في الخلط حتى لا يلتصق اللحم بالقدر بعد مرور خمس دقائق أضيفي الجلبانة والملح والفلفل الأسود وكمية من الماء وغطي القدر عندما تنضج الجلبانة خذي صحن الفرن وافرغي فيه محتوى القدر ثم اخفقي حبات البيض وصبيها فوق سطح الطبق ادخلي الصحن إلى الفرن لمدة خمس دقائق.



البرانية القسنطينية

50 دقيقة

لـ 5 أشخاص.

المقادير:

500غ لحم خروف، 2 ملاعق زيت، ملح، فلفل أسود، 1كلغ بطاطا، 2 بيضات، 2 ملاعق فرينة، ماء زيت للقلي، بصل، ثوم، ليمون، معدنوس.

التحضير: نضع اللحم المنظف في القدر ونضيف له الملح والفلفل الأسود والبصل المفروم والثوم و3 ملاعق زيت ونتركها تتقلى لمدة 10 دقائق ثم نمرقها بنصف لتر ماء ومن جهة أخرى نغلي البطاطا في الماء نصف طهي ثم نصفيها ونقشرها ونقطعها إلى حلقات ثم نخفق البيض ونضيف إليه الفرينة ونغمس حلقات البطاطا في البيض ونقليها في زيت ساخن ولما يطهى اللحم نضيف حلقات البطاطا إلى المرق ويقدم الطبق مزينا بالليمون والمعدنوس.



بطاطا محكوكة

45 دقيقة ل 4 أشخاص.

المقادير:

400غ بطاطا، بيضة، ملعقة كبيرة من النشاء، 5 ملاعق حليب، حبة بصل، 80غ زبدة، ملح، فلفل أسود، جوزة الطيب.

التحضير: نقشر البطاطا وننظفها ونفرمها في حكاك البصل ثم نخلط الحليب مع النشاء ونضيف البيضة المخفوقة، الملح، الفلفل نفرم جوزة الطيب ونصب هذا الخليط على البطاطا ومن جهة أخرى نقطع البصل بالطول إلى قطع رقيقة نقليها وحدها في المقلاة مع قليل من الزبدة وبعدما تتحمر نرفعها من فوق النار ونمزجها مع الخليط السابق ونكون خبزة بطاطا ونقلي الكل في مقلاة مدهونة بالزبدة على نار هادئة حتى تجمد ونقليها على الجهة الأخرى حتى تنشف وتقدم مع المشويات.

فطائر بطاطا بالجزر



لعدة أشخاص.

المقادير:

1.5 كلغ بطاطا، ملح، نصف لتر حليب، 2 ملعقة كبيرة زبدة، جوزة الطيب، 3 علب جبن طازج، بيضتان، 3 صفار بيض، 50غ طحين، 3 جزر متوسط الحجم، باقة ثوم، دهن للصينية.

التحضير: قشري البطاطا واسلقيها في الماء المالح وادعكيها في وعاء وأضيفي إليها الحليب الساخن، والزبدة، والملح، وجوز الطيب وقليلاً من الماء الساخن إذا احتاج الأمر، لكي تتحول إلى هريسة. أضيفي الجبن الطازج، والبيض وصفار البيض والطحين إلى الهريسة وهي لم تزل ساخنة، قشّري الجزر ثم قطعيه إلى دوائر مرتبة، ضعي مزيج البطاطا في صينية ثم وزعي دوائر الجزر بحيث تشبه السطح القرميدي في صفوف تبعد عن بعضها 3 سنتمتر إطهي الصينية خلال 25 دقيقة تقريبًا في الفرن في النهاية ضعي الثوم المغسول فصوص بين صفوف الجزر واتركيها تطهى. وتزين حسب الرغبة.

سلق محشي

20 دقيقة

لـ 4 أشخاص.

المقادير:

نصف ربطة سلق، 200غ لحم مفروم، نصف حبة بصل، بيضة، 50غ زبدة، 3 أسنان ثوم، ورقة رند، ملح، فلفل أسود، 50غ زيتون أسود، 50غ جبن، رأس فلفل أحمر للتزيين.



التحضير: نأخذ أوراق السلق من بعد تنظيفها ثم نضعها تفور حتى تذبل، ثم نمزج اللحم المفروم مع البصل والثوم المفرومين ونضيف الملح والفلفل الأسود والجبن، ثم نأخذ أوراق السلق ونحشيها على شكل سجائر ثم ندهن قالب الفرن بالزبدة ونرتب فيها قطع السلق وبعد ذلك نضع القالب في الفرن بعد أن نضيف قطع الزبدة ونتركه يطهى

ملاحظة: للتزيين نأخذ رأس الفلفل الأحمر وننظفه ونقطعه ونضعه في المقلاة ونضيف الملح والفلفل الأسود ثم نفرم الكل في الخلاط ونزين به.

الحريرة

1 ساعة

لعدة أشخاص.

المقادير:

250غ لحم خروف مقطع إلى قطع صغيرة، بصلتان، ملعقة صغيرة فلفل أسود، نصف ملعقة كبيرة ملح، كيس زعفران، ثلاث لترات من الماء، 100غ فول، 100غ عدس، كأس أرز، خمس حبات طماطم مسلوقة في الماء، ملعقة كبيرة طماطم مصبرة، حزمتان (معدنوس وكسبرة)، كرافس، 75غ فرينة، 5غ خميرة الخبز، ليمون.

التحضير: ضعي اللحم المقطع إلى قطع صغيرة في القدر، أضيفي البصل المبشور والفلفل الأسود، الملح، الزعفران اقلي الكل ثم أضيفي ما مقداره لتران ونصف من الماء ولما يغلي الماء أضيفي إليه الفول المنظف (اليابس) والعدس والأرز وحبات الطماطم المرحية وملعقة طماطم مصبرة ثم حزمة المعدنوس والكسبرة والكرافس، واتركي الكل فوق نار هادئة حتى ينضج اللحم والحبوب. في هذا الوقت، افصلي اللحم عن الحبوب ثم اطحني هذه الأخيرة أي الحبوب والحشائش المعطرة، الحقيها باللحم واتركي الحريرة تكمل نضجها على نار هادئة. وفي هذه الأثناء ضعي الفرينة في صحن أضيفي لها الخميرة امزجي المادتين بإضافة عصير الليمون ثم صبي المزيج في القدر واطفئي النار بعد عشر دقائق، قدمي الحريرة بعصير الليمون.

بطاطا بالحمّار

50 دقيقة

لـ 4 أشخاص.

المقادير:
1 كلغ بطاطا، حبة ليمون، هريسة، ثوم، معدنوس، أوراق الثوم الأخضر، ملعقة حمّار، كراوية.

التحضير: نقشر البطاطا، ونقطعها إلى مربعات ونقليها في زيت ساخن، ثم نأخذ وعاء نضع فيه ملعقتين من الزيت والثوم المهشم والهريسة والأعشاب وعصير الليمون ونخلط ذلك جيدًا ثم نضعه فوق البطاطا المقلية. طريقة أخرى: نقلي البطاطا ونضعها جانبًا ثم نأخذ وعاء فيه قليلٌ من الزيت ونضيف له الكراوية وقليلا من الملح والفلفل الأسود والحمّار والثوم المهشم، ونخلط جيدًا مع قليل من الخل ونصبه فوق البطاطا ونعيدها إلى النار.

البطاطا المرحية (البيري) بالكرام فراش



لعدة أشخاص.

المقادير:
1 كلغ بطاطا، علبة كرام فراش. 1/2 لتر حليب، زبدة، ملح، فلفل أسود، معدنوس.

التحضير: نقشر البطاطا ونقطعها ونضعها تغلي في الماء بعد ذلك نهرسها وهي ساخنة ثم نضعها في القدر على نار هادئة جدًا ثم نضيف إليها الحليب والكرام فراش والملح والفلفل الأسود ونتركها حتى ينشف الحليب بعدها نصبها في صحن ونشكلها على شكل جبل ونضع فوقها قطعة من الزبدة ونرش المعدنوس المقطع وقليلًا من الجبن المبشور حسب الرغبة.

طماطم محشية بالدجاج المرحي



لـ 4 أشخاص.

المقادير:
150 غ صدر دجاج، نصف حبة بصل مرحية، صفار بيضة، (كرام فراش) أو جبن رجيم + ملعقة حليب، ملح، فلفل، 4 حبات طماطم، زبدة.

التحضير: نأخذ الطماطم نفرغها من الداخل ثم نضع في الداخل ملْحًا وذلك ليخرج كل الماء، ثم نأخذ صدر الدجاج ونرحيه ونضعه في إناء ونضيف إليه البصل المرحي وصفار البيض والكرام فراش والفلفل الأسود، وقليلا من الملح فقط لأن الطماطم مالحة، ثم نضيف ملعقة زبدة ثم نخلط الكل مع بعض ثم نأخذ ورق الألمنيوم ونضع فيه حبة الطماطم بعد حشوها ونلف عليها ورق الألمنيوم ونكرّر العملية مع كل الطماطم ثم ندخلها الفرن بعد وضعها في صحن ثم نخرجها ونزينها بورقات معدنوس.

كوسة (جريوات) محشية بالسردينة



لـ 5 أشخاص

المقادير:
جريوات (القرعة)، علبة سردين، أرز، فصين ثوم، معدنوس، ملح، فلفل أسود..

التحضير: بعد تنظيف الجريوات وإفراغها نقوم بسلق الأرز في الماء والملح وبعد تصفيته من الماء نضيف له السردين والمعدنوس المقطع والثوم ونتبله بالفلفل الأسود والقليل من الملح بعد ذلك نحشي الجريوات بخليط الأرز والسردين وأخيرًا إما نطهيها في مرق خاثر أو نقليها ونقدمها في طبق مزين بالليمون والمعدنوس المقطع.

مثوم باللحم المفروم

30 دقيقة

لـ 5 أشخاص.

المقادير:

750 غ لحم، 300 غ لحم مفروم، قليل من حمص مبللة، ملعقتان كبيرتان زيت، ملعقة كبيرة زبدة أو سمن، رأس ثوم، فلفل أسود، نصف ملعقة صغيرة كمون، نصف ملعقة كبيرة فلفل أحمر، بيضة، ملح.

التحضير: قطعي اللحم وقليه في الزيت والزبدة اسحقي خمسة فصوص من الثوم مع الفلفل الأحمر والفلفل الأسود والكمون وملعقتين من الماء وصبي المزيج على اللحم وبعد دقائق قليلة من الغليان أضيفي إليه كمية مناسبة من الماء حتى ينضج اللحم وفي هذه الأثناء حضري اللحم المفروم، أمزجيه مع القرفة والفلفل الأسود والكمون وبيضة وثلاثة فصوص من الثوم مدروسة والملح، وشكلي منها كويرات صغيرة واحتفظي بها إلى أن ينضج اللحم وتنزعيه من المرق وبعدها ضعي الكويرات في المرق حتى ينضج.

رأس خروف (بوزلوف) بالمرمز

1 ساعة

لـ 5 أشخاص.

المقادير:

رأس خروف، 500 غ مرمز (شعير محروق ومطحون) حفنة حمص مرطب، بصل 3 ملاعق زيت، ملعقة فلفل أحمر وأسود، 4 حبات طماطم قليل من الزبدة.

التحضير: ينظف الرأس جيدًا بعد حرقه ويقطع ويوضع في القدر بالكسكاس ثم يفرم عليه البصل ويضاف الحمص المرطب ويضاف الملح والفلفل الأسود والفلفل الأحمر ثم يمرق بالماء ويغطى اللحم ويترك ليطهى على نار قوية مع إضافة الطماطم ومن جهة أخرى يوضع المرمز في إناء واسع ويصب عليه الماء ثم يصفى ويترك ليجف ثم يفور في الكسكاس ثم يوضع في قصعة ويرش بالماء ويترك ليجف ثم ليفور مرة أخرى حتى يصعد البخار ويوضع مرة أخرى في إناء ويوضع عليه الزبدة ويرش بالمرق حتى ينشف ويرجع إلى الكسكاس مرة ثالثة ويوضع في إناء واسع ويصب عليه المرق مرة أخرى ويزين بالحمص وقطع الرأس.

كرنب (الكرم) محشي

1 ساعة

لـ 5 أشخاص.

المقادير:

رأس كرنب (الكرم)، 250 غ لحم مفروم، بصل، فلفل أسود، ملح، زيت، معدنوس، قليل من الأرز، 4 حبات طماطم طازجة، جبن مبشور، بيضة.

التحضير: نفور أوراق الكرنب - أي تطهى على البخار- نأخذ اللحم المفروم ونضيف له الأرز المغلي ونفرم البصل ثم نضيف كذلك المعدنوس المقطع. ونضيف الملح والبيض، ونجمع بها اللحم المفروم ونملأ كل ورقة على حدا بقليل من اللحم المفروم، ونلفها ونضعها كلها في قالب الفرن وندهنه بالزبدة، بعد ذلك نفرم الطماطم ونصبها فوقها ثم نرش الملح والفلفل الأسود ونضع قطع الزبدة فوقها ونتركها تطهى حتى تشرب كل المرقة وفي الأخير نوزع عليها الجبن المبشور، ونقدمها ساخنة.

مرق الفلفل مع اللحم

35 دقيقة ـ لـ 5 أشخاص.

المقادير:

قطع من لحم الدجاج. نصف كيلو فلفل حلو، 2 حبات طماطم، بصل، ثوم، ملح، فلفل أسود، الزيت.

التحضير: يوضع لحم الدجاج والبصل المقطع والثوم والملح والفلفل والزيت ونتركها تتقلى لمدة 10 دقائق ثم نشوي الفلفل الحلو ونقشره ونقطعه قطعًا صغيرة ويضاف إلى اللحم ثم نقشر الطماطم ونقطعها ونضيفها إلى مرق اللحم ونتركها تطهى لمدة معينة وإذا لاحظنا عدم نضج اللحم نضيف إليه قليلًا من الماء ويستحسن أن يطهى بدون ماء وفي الأخير تقدم كوجبة كاملة ومن الأفضل أن تقدم ساخنة.

شربة دجاج بالزعفران



لـ 5 أشخاص.

المقادير:

كوبان من زيت الزيتون، كراث (بورو)، فصان مهروسان من الثوم، أربع قطع من فخذ الدجاج منزوعة الجلد، ستة أغصان من الكرافس مقطعة إلى شرائح، ربع ملعقة شاي من الزعفران، ملعقة كبيرة من الزعتر الطازج المفروم، ثلاثة أكواب من مرق الدجاج يمكن تعويضها بالماء، ملح، فلفل، طماطم مصبرة.

التحضير: ضعي أطراف الدجاج في قدر أضيفي معها الكراث (البورو) والثوم وأغصان الكرافس والزيت والملح والفلفل والزعتر اقلي الكلّ لبعض الدقائق ثم أضيفي أكواب المرق والطماطم المصبرة واتركي الكل ينضج على نار هادئة، ارحي كل المقادير ما عدا الدجاج طبعًا وأضيفي في الأخير الدويدة.

سمك بالمرق



لـ 5 أشخاص.

المقادير:

800 غ سمك (سردين)، ملعقة طماطم مصبرة، نصف كأس زيت، فلفل أكحل، قليل من الكمون، معدنوس، رأس ثوم، حبة بصل، كسبر، قليل من الملح.

التحضير: نضع الزيت في القدر ونفرم عليه الثوم والبصل والمعدنوس، ونضيف إليه الطماطم والفلفل والملح والكمون، ونضعها فوق النار تتقلى مدة 5 دقائق، ثم نمرقها بحوالي كأسين كبيرين من الماء.

ومن جهة ثانية نقوم بتنظيف السمك، وننزع منه كل الشوك، ونضيفه إلى القدر، ونتركه يطهى مدة 20 دقيقة فوق نار هادئة. ويقدم للأكل مزينًا بالكسبر.

ملاحظة: يمكن أن نغمسه في البيض ونقليه ويضاف إلى المرق



شخشوخة قسنطينية

40 دقيقة

ل 5 أشخاص.

المقادير:

4 كلغ دقيق، ملح، ماء بارد، 500 غ لحم، حبة بصل، نصف ملعقة كبيرة ملح، نصف ملعقة صغيرة فلفل أكحل، حفنة حمص، نصف علبة زبدة، 3 ملاعق طماطم مصبرة، قليل من الزيت، رأس فلفل حار.

التحضير: نضع الدقيق في القصعة مع الملح ويبلل بالماء البارد ويترك ليرتاح مدة ثم نبدأ بالعجن الجيّد حتى تصبح العجينة لينة ورطبة ثم نشكلها قرصات كبيرة ونبسطها واحدة واحدة بعود (الرشتة) وبعد الانتهاء نطهي القرصات في الطاجين (الكسرة) ثم نزيل عنها الحريق العالق بها، وبعدها نقوم بتقطيعها قطعا صغيرة عن طريق الأظافر، أو نستعمل سيار الشخشوخة (يباع في السوق) ونفرمها في سطح هذا السيار ثم نغربلها حتى نسقط منها الدقيق، وبعدها نرشها بالماء والزيت أو الزبدة.

ملاحظة: من الأفضل أن نحضر الشخشوخة بيوم سابق.

ومن جهة أخرى نضع اللحم في قدر بالكسكاس ونفرم عليه البصل ونضيف له الملح والزيت والفلفل والحمص وملعقة طماطم، ثم نترك الكل يتقلى مدة 10 دقائق فوق نار متوسطة، ثم نمرق بـ 4 كؤوس من الماء، ونتركها لتطهى مدة 25 دقيقة وعند اكتمال المدة نضع الشخشوخة في الكسكاس ونتركها تفور وبعدها نضعها في إناء كبير ونسقيها بالمرق والزبدة ونرجعها تفور مرة أخرى. بعد ذلك يصفى اللحم عند نضجه ويوضع جانبا، ونضيف إلى المرق كأس ماء وباقي الطماطم ورأس الفلفل الحار ونتركها تغلي مدة 5 دقائق ثم نصب المرق فوق الشخشوخة ونضعها فوق نار هادئة حتى يتبخر المرق جيدا. وتقدم مزينة بالحمص واللحم.

الـرّفـيس

50 دقيقة — لـ 5 أشخاص.

المقادير:

3 كيلات دقيق، كيلة زيت، وزبدة مذابة، كأس لوز مرحي، نصف كغ زبدة، قليل من الملح، قليل من العسل، الحليب الرائب أو اللّبن، ماء الزهر، ماء الورد، سكر رطب.

نخلط الدقيق والزيت والزبدة مع بعض



نعجنهم جيدا ثم نضيف إليهم الملح ونبللهم بالماء وماء الزهر



ثم نأخذ صينية الفرن وندهنها جيدا بالزبدة ونضع فيها العجين





ونقطع العجين مربعات



نضعها في الفرن ونتركها مدة 25 دقيقة حتى تطهى وتحمر



نخرجها من الفرن ثم نفرم قطع العجين وهي ساخنة



نغربلها ونفتلها بكف اليد 1 2 3







4 مع صب ماء الزهر والورد ونتركها تفور مرة أولى وعند الفوران ننزعها (الرفيس) ونضعها في قصعة ونصب عليها 3 ملاعق سكر خشن ونرشها بماء الزهر ونرجعها تفور مرة أخرى ونضعها في القصعة، ونضيف لها الزبدة والعسل ونتركها تتخمر لمدة 8 دقائق نضعها في الصحن، ونزينه بالسكر الرطب واللوز وقطع الزبدة وتؤكل مع اللبن أو الحليب الرائب.



الكسكسي بالمرق الأبيض

1 ساعة

لـ 5 أشخاص.

المقادير:

500 غ لحم، نصف ملعقة كبيرة ملح، نصف ملعقة صغيرة فلفل أكحل، 100 غ لحم مرحي، علبة زبدة، قليل من الحمص، 5 بيضات، حبة بصل.

التحضير: ينظف اللحم ويقطع في قدر بالكسكاس، ونفرم عليه حبة بصل ويضاف الملح والفلفل وقطعة الزبدة والحمص، ثم نتركها تتقلى مدة 10 دقائق على نار متوسطة ثم نمرق بحوالي 5 كؤوس من الماء ونتركها تطهى مدة 30 دقيقة، ومن جهة أخرى نضع الكسكسي في قصعة ونصب عليه الماء (نسومه) ويخلط جيدا، ونصفيه من الماء ونكرر هذه العملية مرتين، وبعدها نتركه حتى يجف جيدا، ثم نضعه في الكسكاس ليفور في تلك الفترة نأخذ اللحم المفروم ونفرم معه البصل ونضيف له الملح والفلفل وقطعة الزبدة و3 ملاعق بيض ثم نكوره (أي اللحم) كويرات صغيرة ثم نضعها في القدر مع المرق ونضيف كأس ماء، وبعدها نفرغ الكسكسي في القصعة وندهنه بالزبدة ونضيف له الملح ونرشه بالماء ونتركه ليجف وبعد ذلك نعيده إلى الكسكاس ليفور مرة ثانية وبعد فورانه نفرغه في القصعة ونقوم بنفس العمل الأول حيث يدهن بالزبدة دون رش بالماء بل يرش بقليل من المرق (الكسكسي) كما نفرم عليه البصل ونضيف له الفلفل الأكحل، ثم ندلكه بكفّ اليد جيدا، ثم نرجعه في الكسكاس ليفور مرة ثالثة وعندها نضعه في الصحن، ثم نصفي قطع اللحم من المرق ونمرق القدر بحوالي كأس ماء ونتركه حتى يغلي، جيدا ثم نسقي الكسكسي بالمرق. ويقدم ساخنا مزيّنا بالبيض المسلوق واللحم المفروم.

ملاحظة: نستطيع إضافة الخضر من أي نوع.



أرز بالطون



30 دقيقة

لـ 5 أشخاص.

المقادير:

250غ أرز، حبة ليمون، علبة طون، زيتون، مايوناز.

التحضير: نسلق الأرز في ماء يغلي ونضيف عصير الليمون والقليل من الملح بعد ذلك نصفيه من الماء ونضعه في إناء نضيف له علبة الطون والزيتون والطماطم المقطعة دوائر مع المايوناز ونخلط الكلّ مع بعض ثم نضعه في صحن ويقدم كوجبة كاملة.



العيش (بركوكس) بالقديد

40 دقيقة — لـ 5 أشخاص.

المقادير:
قطع قديد (لحم مجفف)، نصف ملعقة كبيرة ملح، نصف ملعقة صغيرة فلفل أكحل، حفنة حمص، حبتين بطاطا، ثوم، بصل، رأس فلفل حار، 3 ملاعق طماطم، 250 غ عيش.

التحضير: نضع القديد في إناء للطهي ونضيف له الماء ونتركه يغلي مدة 5 دقائق ثم نصفيه من الماء، ونفرم عليه البصل والثوم ونضيف له ملعقة طماطم وحفنة الحمص والملح والفلفل الأكحل والزيت ونتركه يتقلى مدة 8 دقائق على نار متوسطة، ثم نمرق بحوالي 4 كؤوس ماء ثم نقشر البطاطا ونقطعها ونضيفها للقدر ويترك للطهي مدة 20 دقيقة، ثم نضيف كأس ماء وباقي الطماطم ورأس الحار ثم نبلل العيش ونصفيه ونرميه مع المرق ونترك الكل لينضج مدة 15 دقيقة حتى يتخثر. وتقدم الأكلة ساخنة.



سباقيتي بالخبز والجبن

30 دقيقة — لـعدة أشخاص.

المقادير:
300 غ سباقيتي، 250 غ من الطماطم حب، ملعقة زبدة جامدة، رأسين ثوم، ملعقتين خبز مرحي، 6 ملاعق زيت الزيتون، ملح، فلفل أسود، 1/2 كأس ماء ساخن، جبن مفروم.

التحضير: نضع الثوم المفروم في المقلاة ونضيف لها الزيت ونضيف الطماطم المفرومة ونتركها تطهى ثم نضيف الملح والفلفل الأسود و1/2 كأس ماء ساخن ونتركها تطهى على نار هادئة، ثم نطهي السباقيتي على الطريقة المعتادة ونضيفها إلى الخليط ونخلط ذلك جيدا، ثم نرش عليها الخبز الممزوج بالزبدة والجبن المفروم، وتزين حسب الرغبة.



كسكسي باللحم

1 ساعة

لـ 5 أشخاص.

المقادير:

نصف كلغ كسكسي، لحم (الأطراف)، حبة بصل كبيرة، 4 حبات باذنجان، حفنة حمص رطب، رأس فلفل حار، 3 حبات طماطم، نصف كأس زيت، قليل من الزبدة، ملح، فلفل أسود.

التحضير: نضع الكسكسي في قصعة ونبلله بالماء جيدا (نسوّمه) ثم نصفيه من الماء جيدا ونتركه حتى يجف ثم نصبه في الكسكاس ليفور، وعند فورانه نصبه في القصعة وندهنه بالزيت ونضيف له الملح ونرشه بالماء حتى يتبلل قليلا ونتركه ليجف ثم نعيده للكسكاس ليفور مرة ثانية وعند الفوران نصبه من الكسكاس في القصعة وندهنه بالزبدة (أي نسبكه) ونضعه في صحن ويترك جانبا.

ومن جهة ثانية نضع اللحم المقطع قطعا كبيرة في القدر ونضيف الملح والبصل والحمص والفلفل وحبة طماطم مفرومة مع الزيت وندع الكل يتقلى مدة 10 دقائق ثم نمرق بحوالي لتر ونصف ماء ونتركها للنضج مدة 30 دقيقة. ثم نأخذ الباذنجان ينظف ويقطع ويملح دون فصل القطع عن بعضها ونضيفه إلى القدر، وعندما ينضج كل ما في القدر نضيف إليها باقي الطماطم ونتركها مدة 5 دقائق ثم نصفي اللحم والباذنجان وحدهما ونضيف للمرق كأس ماء كبير ونترك القدر حتى يغلي. ثم نسقي الكسكسي بالمرق ويزين باللحم والباذنجان ويقدم ساخنا.

ملاحظة: يمكن إضافة أي خضر أخرى



سباقيتي بالفلفل والجلبانة



30 دقيقة

لـ 5 أشخاص.

المقادير :

400غ سباقيتي، 4 رؤوس فلفل حار، 4 أسنان ثوم، 1/2 كأس زيت، حفنة زيتون، جلبانة، ملح، فلفل أسود.

التحضير: نضع الزيت يسخن في المقلاة ونضيف الثوم المفروم والفلفل الحار المقطع حلقات ونتركه يذبل ونضيف الفلفل الأسود والملح ونترك الجلبانة تطهى في الماء ثم نصفيها ونضيفها للخليط ونترك الكل يذبل ونضيف السباقيتي المطهية من قبل وبعد نضجها نمزج الكل مع بعضهم ونضعها في الصحن وتقدم ساخنة ونزينها بالفلفل والزيتون.



الكسكسي بالعصبانة (كرش خروف)

1 ساعة

لـ 5 أشخاص.

المقادير:

كرش (دوّارة) خروف متوسطة، 500 غ كسكسي، حبة بصل، حفنة حمص، حبتين طماطم، نصف ملعقة كبيرة ملح، نصف ملعقة صغيرة فلفل أكحل قليل من المعدنوس، قليل من الكسبر، قليل من النعناع، ملعقتين طماطم مصبرة، زيت، زبدة، رأس فلفل حار، حبة طماطم أخرى، (قدر بالكسكاس).

التحضير: ننظف الدوارة جيدا بما فيها الأمعاء، ثم نغلي الكل ونقطع الدوارة والأمعاء ونقسم الكرش قسمين، نأخذ الجزء الأول ونقطعه قطعا كبيرة ونضعه في القدر ونفرم عليه نصف البصلة ونضيف الملح والزيت والحمص ونصف ملعقة طماطم والفلفل الأكحل، ومن جهة أخرى نأخذ الأمعاء المقطعة ونضيف لها كلاً من المعدنوس والملح والفلفل الأكحل والكسبر والنعناع ونضيف إليها البصل وحبتين طماطم والفلفل الحار وكل ما ذكر مقطع قطعا صغيرة ونمزج الكل مع بعض ونضع هذا الخليط في الجزء الثاني من الكرش ونخيطها جيدا ونثقبها ونرميها في القدر ونتركها تتقلى على نار متوسطة مدة 10 دقائق ونمرق بحوالي لترين من الماء ثم نترك الكل ليطهى مدة 40 دقيقة مع إضافة الطماطم والفلفل الحار ومن جهة ثانية نحضر الكسكسي الجاف ونسومه (نبلله) جيدا مرتين ونتركه يجف ثم نفوره في الكسكاس وعند فورانه نضعه في قصعة وندهنه بالزيت ونرشه بالماء والملح ونتركه يجف ثم نرجعه ليفور مرة ثانية، وعند الانتهاء ندهنه بالزبدة ونسقيه بالمرق بعدما تكون العصبانة قد نضجت فتُصفى ونضيف إليها الماء وباقي الطماطم ونتركها تغلى لمدة 5 دقائق. ويقدم مزيّنا بالحمص وقطع العصبانة. وتقدم الأكلة ساخنة.



كسكسي بالخضر

1 ساعة ل 5 أشخاص.

المقادير:
4 حبات جزر، 4 حبات كوسة (جريوات)، رأس خرشف، حبتين بطاطا، حبتين لفت، حبتين باذنجان، رأس حار، ملعقة طماطم، زيت، رأس ثوم، لترين حليب، 1 كلغ كسكسي جاف، قليل من الزبدة.

التحضير: ننظف كل الخضر ونقطعها ونضعها في القدر ماعدا الطماطم، ثم نفرم عليهم البصل والثوم ونظيف إليهم الزيت والملح والفلفل الأسود وحبات الطماطم ونتركها للتقلي لمدة 5 دقائق على نار متوسطة ثم تمرق بـ 4 كؤوس من الماء، وتملح الجريوات بعد تقطيعها ونرش عليها الفلفل الأسود.

ومن جهة ثانية نأخذ الخرشف ونقشره وننظفه ونقطعه ونضعه في إناء مع الماء ونتركه فوق نار متوسطة مدة 15 دقيقة ثم يصفى ويضاف إلى القدر، ثم نأخذ الباذنجان وننظفه من الزائد ونقطع كل حبة إلى نصفين دون فصل القطعتين ثم نملحه ونتركه جانبا لمدة 5 دقائق ثم نصفيه ونضيفه للقدر وعندما تطهى كل الخضر تضاف لها الطماطم والفلفل الحار والحليب ونترك القدر يغلي بما فيه مدة 10 دقائق.
ثم نحضر الكسكسي في الصحن ويسقى بالمرق جيدا وتقدم أكلة الكسكسي ساخنة مزينة بالخضر. يمكن إضافة اللحم معها.



عجينة البيتزا

ل 5 أشخاص.

المقادير:

3 كؤوس فرينة، 3 ملاعق زيت، ملح، ماء، بيضة، ملعقة خميرة، حبات طماطم، ثوم، زيت، فلفل أكحل، فلفل.

للتزيين: طون، سردين، كشير، جبن.

تحضير العجينة: نضع الفرينة في إناء ونخلط معها الزيت والبيضة والخميرة ونبلل بالماء الدافيء ونتركها ترتاح مدة ساعتين. ثم تعجن العجينة وتدلك وتقرص ونتركها ترتاح مرة أخرى مدة نصف ساعة ثم تحلّ وتبسط وندهن القالب ونضعها فيه ونصب فوقها خليط الطماطم المطهيّة نصف طهي ونرشها بالفلفل والملح، وتزيّن بالزعتر والزيتون والفلفل والكشير والطون والجبن والمعدنوس ثم تدخل إلى الفرن لمدة 20 دقيقة.



الفطير على الطريقة القسنطينية

50 دقيقة — لـ 5 أشخاص.

المقادير:

نصف كلغ لحم أحمر أو أبيض، حبة بصل، قليل من الفلفل الأسود نصف ملعقة كبيرة ملح، 3 ملاعق طماطم، وقليل من الزيت، رأس فلفل حار، كأس حمص، ماء.

التحضير: يحضر المرق في قدر بكسكاس، حيث ننظف اللحم ونقطعه ونضعه في القدر ونفرم فوقه البصل ونضيف الملح والزيت والفلفل والطماطم المصبّرة وقليلا من الحمص الرطب ونترك الكل يتقلى مدة 8 دقائق ونمرق بالماء ونتركها لمدة 30 دقيقة فوق نار متوسطة حتى تطهى ثم نضع التريد الذي حضرناه من قبل في الكسكاس ليفور وعندما يطهى اللحم نصفيه من المرق ثم نضيف له قليلا من الماء ورأس الحار وباقي الطماطم ونتركه يغلي مدة 10 دقائق. وعند التقديم يوضع التريد في صحن ويسقى بالمرق ويزين باللحم والحمص.

ملاحظة: نحضر لنفس العجين أقراص (وجه) لشرب القهوة يستعمل كل قرص وحده.



شخشوخة خبز السوق

25 دقيقة — لـ 5 أشخاص.

المقادير:

كلغ واحد خبز يابس، نصف ملعقة كبيرة ملح، نصف ملعقة صغيرة فلفل أكحل، رأس ثوم نصف كأس زيت، ملعقتين طماطم مصبرة، حبة بصل.

التحضير: نقطع الخبز قطعا صغيرة ونتركه جانبا. ثم نحضر المرق حيث نفرم الثوم والبصل ونضعهما في القدر ونضيف الزيت والملح والفلفل والطماطم ونترك الكل يتقلى مدة 5 دقائق على نار متوسطة ثم نمرق بحوالي 4 كؤوس ماء ثم نتركها حتى تغلي جيدا ونضيف قطع الخبز ونبقيها فوق النار مدة 15 دقيقة حتى يجف كل المرق تقريبا. وتقدم ساخنة.

معكرونة بكرات اللحم



لـ 5 أشخاص.

المقادير :

4 ملاعق خبز مرحي، 250 غ كفتة، بيضة، حبق. ملح، فلفل أسود، ثوم، بصل، طماطم، 2 ملاعق معدنوس، فرينة، زيت، زبدة، 500 غ معكرونة، 50 غ جبن مبشور، الليمون.

التحضير: نأخذ الكفتة ونضعها في صحن عميق ثم نضيف البصل إليها المفروم والجبن والبيضة ومبشور الليمون والخبز المرحي والمعدنوس والثوم المفروم، ونعمل منها كويرات نغمسها في الفرينة ونقليها في الزيت بعدها نضع المعكرونة تغلي حتى تطهى ثم ندهنها بالزبدة ونضعها في صحن التقديم ثم ننتقل لتحضير الصلصة فنأخذ الطماطم المفرومة ونضيف لها الملح والفلفل الأسود، والزيت والحبق وملعقة ثوم، ونضعها فوق النار حتى تطهى ونرمي فيها كويرات الكفتة ثم نأخذ هذه الصلصة ونزين بها المعكرونة الموضوعة سابقًا في صحن التقديم.

ثريدة بالمرق الأبيض



1 ساعة

لـ 5 أشخاص.

المقادير:

500 غ لحم، ملح، فلفل أسود، حبة بصل، حمص، زبدة، قليل من الماء، 500 ثريدة.

التحضير: ننظف اللحم ونقطعه في قدر بالكسكاس ثم نفرم البصل ونضيف إليه الملح والفلفل الأكحل والحمص والزبدة ونتركها تتقلى مدة 10 دقائق ثم نمرق بحوالي 5 كؤوس ماء ونتركها تطهى، وبعدها ندهن الثريدة التي حضرناها بالزيت من قبل ونضعها في الكسكاس ونتركها تفور وعندها نضعها في القصعة ونرشها بالماء ونتركها تجف ثم نرجعها إلى الكسكاس لتفور وعند فورانها ننزلها ونرشها بقليل من المرق ثم نرشها بزبدة ذائبة ونتركها تجف ثم نرجعها لتفور مرة ثالثة وعند انتهاء عملية الفوران نضعها في إناء واسع ونتركها جانبا ثم نصفي اللحم من المرق ونضيف للقدر كأسا من الماء ونتركها ثم نصب من المرق في الثريدة مع إضافة الزبدة ونتركها تشرب المرق وتطهى فوق نار متوسطة ثم تقدم مزينة باللحم والحمص.

ملاحظة: يمكن تحضيرها بالمرق الأحمر ويكون هذا بإضافة الطماطم



عجينة الثريدة



لـ 5 أشخاص.

المقادير:

3 كلغ دقيق صافي، ملح، ماء بارد، نشاء.

التحضير: نضع الدقيق في قصعة ونضيف له الملح ثم نبلله بالماء البارد جيدا ونتركه يرتاح ثم بعدها نعجنه دون تقطيع ثم نشكل قرصات متوسطة ويترك مدة يرتاح في كيس بلاستيكي ثم نبدأ في بسط القرصات بعود الرشتة حتى تصبح رقيقة مع الرش المستمر بالنشاء وهكذا حتى ننتهي من كل القرصات وعندما تجف نضعها فوق المائدة ونقطعها مربعات صغيرة جدا، ونضعها في غربال لتجف.

ملاحظة: يستحسن أن تحضر الثريدة بيوم سابق.



تليتلي بمرق أحمر

1 ساعة

لـ 5 أشخاص.

المقادير:

1 كلغ تليتلي، نصف كأس زيت، حبة بصل، رأس ثوم، 3 ملاعق طماطم مصبرة، نصف ملعقة كبيرة ملح، نصف ملعقة صغيرة فلفل أكحل، قليل من الزبدة، رأس حار، رند.

التحضير: نأخذ قدر بالكسكاس، ثم نفرم في القدر الثوم والبصل والفلفل الأكحل، ونضيف الزيت والملح وملعقة طماطم، ثم نتركها تتقلى لمدة 5 دقائق، على نار متوسطة ثم نمرق بحوالي لتر ماء ونتركها فوق النار. ومن جهة ثانية نأخذ التليتلي ونضعه في الكسكاس ونضعه فوق القدر يفور وعند فورانه نضعه في قصعة ونسومه (نبلله) بالماء ثم نتركه ليجف ثم نرجعه إلى الكسكاس ليفور مرة ثانية، وعند فورانه نضعه في القصعة ونضيف له الملح والزيت مع رشه بقليل من الماء ثم نرجعه إلى الكسكاس للفوران ونستمر في هذه العملية حتى يصبح التليتلي رطبا ولينا ثم نضعه في إناء واسع ليحمر (أي يغلي) مع الزبدة ومن جهة ثالثة نعود إلى القدر فنضيف له كأسا من الماء وباقي الطماطم ونتركها تغلي ثم نصب المرق فوق التليتلي حتى يشرب (أي يجف) كل المرق. وتقدم الأكلة ساخنة مزينة بقطع الزبدة.

ملاحظة: يمكن تحضيره بنفس الطريقة مع إضافة اللحم فقط.



تليتلي بالمرق الأبيض

40 دقيقة

لـ 5 أشخاص.

المقادير:

1 كلغ تليتلي، 500 غ لحم خروف أو دجاج، حبة بصل، رأس ثوم، نصف ملعقة كبيرة ملح، نصف ملعقة صغيرة فلفل أكحل، نصف علبة زبدة، أوراق رند، 4 بيضات، قليل من الزعفران.

التحضير: نأخذ قدر بالكسكاس، نضع فيه اللحم المقطع ونفرم عليه البصل والثوم ثم نضيف الفلفل الأكحل والملح والزعفران وقطعة الزبدة وأوراق الرند، ونترك الكل فوق نار متوسطة لمدة 15 دقيقة، ثم نمرق بأربعة كؤوس من الماء. ومن جهة أخرى نأخذ التليتلي نحمصه في المقلاة حتى يحمر ثم نضعه في الكسكاس ونتركه ليفور وعند فورانه يوضع في القصعة ويسوم (يبلل) بالماء ونصفيه ونتركه يجف من باقي الماء. ونرجعه إلى الكسكاس ليفور مرة ثانية ثم نضعه في القصعة ونضيف له قليلا من الملح ونرشه بالماء ونتركه يجف ثم نرجعه يفور مرة ثالثة وعند فورانه نصبه في القصعة ونرشه بقليل من المرق والزبدة ونرجعه ليفور وعند فورانه نضعه في إناء واسع ليجمر (ليُغلي) مع قطع من الزبدة ثم نأخذ المرق ونصفي اللحم وحدها ونضيف للمرق كأس ماء ونتركه يغلي جيدا ثم نصبه فوق التليتلي ونتركه حتى يجف جيدا من المرق مع التحريك باستمرار وبعد ذلك نغلي حبات البيض ونقشرها ونقطعها نصفين.

ويقدم التليتلي مزينا بقطع (أنصاف) البيض وكويرات اللحم.

أكلة الدويدة باللحم



لـ 5 أشخاص.

المقادير:

500 غ دويدة، 500 غ لحم ، حفنة حمص مرطب، نصف ملعقة كبيرة ملح، نصف ملعقة صغيرة فلفل أسود، حبة بصل كبيرة رأس ثوم، نصف علبة زبدة، قليل من الزعفران، 4 حبات بيض، قليل من الزيت، 100 غ من اللحم مرحي.

التحضير: نقطع اللحم ونضعه في قدر ونفرم عليه البصل والثوم مع إضافة الملح و الفلفل الأكحل، وقطعة زبدة وحفنة الحمص والزعفران ثم نضع القدر على النار ونتركها تتقلى مدة 5 دقائق ثم نمرق بحوالي 4 كؤوس من الماء ونتركها تطهى مدة 25 دقيقة، ثم نخلط اللحم المرحي مع البصل والفلفل والملح ونشكله على هيئة كويرات.

ومن جهة أخرى نضع الدويدة في قصعة وندهنها بالزيت ثم نضعها تفور في كسكاس وعند فورانها نضعها في القصعة ونضيف لها الملح ونرشها بالماء ونتركها تجف ثم نرجعها لتفور مرة ثانية، وعندها نضعها في القصعة ونصب عليها قليلا من المرق مخلوط بقطعة زبدة ثم نتركها لتجف، ونرجعها لتفور مرة ثالثة وبعد فورانها نضعها في إناء واسع. نعود إلى المرق فنصفي اللحم الناضج ثم نضيف للمرق كأس ماء كبير ونتركها تغلي ثم نصب المرق فوق إناء الدويدة مع قطعة زبدة ونضعها فوق نار هادئة حتى تجف (تشرب) كل المرق. ثم نغلي البيض وحده ويقشر ويقطع إلى نصفين. ونقدم الدويدة مزينة بأنصاف البيض.



مقرطفة بالحليب

5 دقائق ل 5 أشخاص.

المقادير:

2 ل حليب، 1 كلغ دقيق، قليل من النشاء، قليل من الملح، قليل من الفلفل الأكحل، قطعة زبدة.

التحضير: نضع الدقيق في القصعة مع الملح ونبلل بالماء حتى يمتزج جيدا ويصبح عجينا، ثم نتركها ترتاح لمدة 15 دقيقة، ثم نأخذ العجينة وندعكها جيدا دون تقطيع ثم نشكل العجين قطعا صغيرة (قريصات) ونتركها ترتاح، ثم نبدأ بحل هذه القريصات على المائدة بعود الرشتة مع الدّهن المستمر بالنشاء مرة بعد مرة وعندما نبسط القرصة جيدا نضع في وسطها النشاء ونبرمها (ندورها) ونقطعها على شكل خيوط.

ومن جهة أخرى نضع الحليب في القدرة مع الملح والفلفل الأكحل ونتركه حتى يغلي فوق نار متوسطة ثم نصب فيه العجين المقطع ونتركها تنضج مع إضافة الزبدة، وعند طهيها تقدم ساخنة.

معكرونة بالمرقاز

40 دقيقة ل 5 أشخاص.

المقادير:

500 غ مرقاز، 500 غ معكرونة، نصف ملعقة كبيرة ملح، نصف ملعقة صغيرة فلفل أكحل، رأس ثوم، حبة بصل، قليل من الزبدة، وقطعة جبن مفرومة، وملعقتين طماطم، رأس فلفل حار مشوي.

التحضير: نأخذ المعكرونة ونضعها في قدر من الماء والملح ونتركها فوق نار متوسطة مدة 15 دقيقة، ثم نصفيها ونضعها جانبا ومن جهة ثانية نضع المرقاز في قدر ونفرم فوقه البصل والثوم ونضيف له الطماطم والفلفل الأكحل والملح ونتركه ليتقلى مدة 8 دقائق، بعد ذلك نضيف إليها الماء ونبقيها فوق الموقد مدة 15 دقيقة ثم نضيف الزبدة والمعكرونة ونتركها فوق الموقد حتى يجف مرقها وتتلذذ. وتقدم ساخنة مزينة بالجبن المفروم والمرقاز والفلفل المشوي.



معكرونة بالطماطم



لـ 5 أشخاص.

المقادير:

500 غ معكرونة، 1 كلغ طماطم حب، رأس ثوم، حبة بصل، قليل من الملح، وقليل من الفلفل الأكحل، ونصف كأس زيت، قليل من الزبدة، وقليل من الجبن.

التحضير: نضع المعكرونة في إناء ونضيف لها الماء والملح ونضعها تطهى فوق نار متوسطة لمدة 15 دقيقة ثم نصفيها من الماء. ومن جهة ثانية نحضر الصلصة حيث نقشر الطماطم ونقطعها قطعا صغيرة ثم نفرم عليها الثوم والبصل ثم نضيف الفلفل الأكحل والملح ونضعها فوق نار ضعيفة لمدة 15 دقيقة، وعندما يجف كل الماء نضيف الزيت، ثم نضع المعكرونة في الصحن ونسكب فوقها الصلصة ونرش عليها الجبن المفروم. وتزين بقطع الزبدة.



معكرونة بالخضر



لـ 5 أشخاص.

المقادير:

400 غ معكرونة، قطعة من صدر الدجاج، حبة جزر، حبة بسباس، حبة بصل، ربطة سبانخ (سلق)، ملعقة زبدة، ملح، ثوم، فلفل أسود، ريحان، ماء أو مرق.

التحضير: نأخذ الدجاج نقطعه إلى قطع صغيرة ثم نضعه في المقلاة مع ملعقة زبدة ثم نأخذ الجزر والبسباس والبصل وربطة السبانخ بعد تغليتها في الماء ونقطع كل الخضر ونضيفها للدجاج ثم نضيف الملح والثوم المفروم والفلفل الأسود ونصب عليها كأسين من المرق المحضر أو كأسين من الماء ونضيف المعكرونة المطهية من قبل ونتركها حتى ينشف المرق وبعدها نزينها بالريحان.



معكرونة بالمعدنوس

20 دقيقة ل 5 أشخاص.

المقادير:

500 غ سباقيتي، ملعقة زبدة جامدة، حبة بصل صغيرة، 3 ملاعق قشدة طرية (كرام فراش)، ملعقة نشاء، ربطة معدنوس، ملح، فلفل، جبن مفروم.

التحضير: نفرم البصل والمعدنوس ونضعه في المقلاة مع الزبدة ثم نضيف إليه (الكرام فراش) والنشاء والملح والفلفل نتركهم حتى ينضج كلّ شيئ، بعد النضج نصب الخليط على المعكرونة المطهية من قبل ثم نخلط ذلك جيدا ونزينها بالمعدنوس والجبن المفروم.



معكرونة بالبشمال

ل 5 أشخاص.



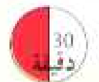
المقادير:

500 غ معكرونة، 3 بيضات، ملح، فلفل، ملعقة زبدة، ملعقتين فرينة، كأسين حليب، 100 غ جبن، ملعقة زيت.

التحضير: نقوم بطهي المعكرونة مع الماء والملح وقليل من الزيت، ونتركها تغلي جيدا حتى تطهى وتوضع في قالب الفرن ثم نخفق البيض ونصب عليها أي المعكرونة، ثم نأخذ الزبدة ونضعها في إناء ثم نضيف الفرينة مع التحريك حتى يمتزج ونصب الحليب ونضيف الجبن مع التحريك حتى يتكون خليط، ويصب فوق المعكرونة ونرش عليها الجبن المبشور وندخلها إلى الفرن بعد نضجها نقدمها كوجبة كاملة.



معكرونة بالفلفل حلو



لـ 5 أشخاص.

المقادير:

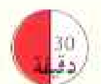
1 كلغ طماطم، 1/2 كلغ معكرونة، 3 حبات بصل، رأسين فلفل حلو أحمر، رأس فلفل حار، رأس ثوم، ملح، فلفل أسود، زيت، زبدة، ريحان، كسبر.

التحضير: نضع الماء في القدر ومعه الملح وقليل من الزيت وعندما يغلي نصب المعكرونة ونتركها لتطهى، وبعد الطهي تصفى من الماء وتترك جانباً.

من جهة أخرى نأخذ رؤوس الفلفل فنشويها ثم ننزع لها القشور ونقطعها حلقات صغيرة وتوضع جانباً، ونعود فنأخذ مقلاة ونصب فيها الزيت حوالي 1/2 كأس ثم نرمي في الزيت البصل والثوم والمعدنوس والكسبر وكلها مقطعة ونترك الكل فوق النار حتى يذبل مع التحريك المستمر، ثم نقطع الطماطم بعد تقشيرها ونصفيها في المقلاة مع إضافة الملح والفلفل الأسود والريحان ونستمر في التحريك حتى تطهى الطماطم وترفع من فوق النار، بعد ذلك نأخذ مقلاة نضع فيها نصف علبة زبدة وتوضع فوق النار ونصب فيها المعكرونة مع التحريك ثم نضيف الطماطم ونستمر في التحريك. وعندما تتلذذ نصبها في صحن ونزينها بشرائح الفلفل الحار والحلو.



أرز بالطماطم

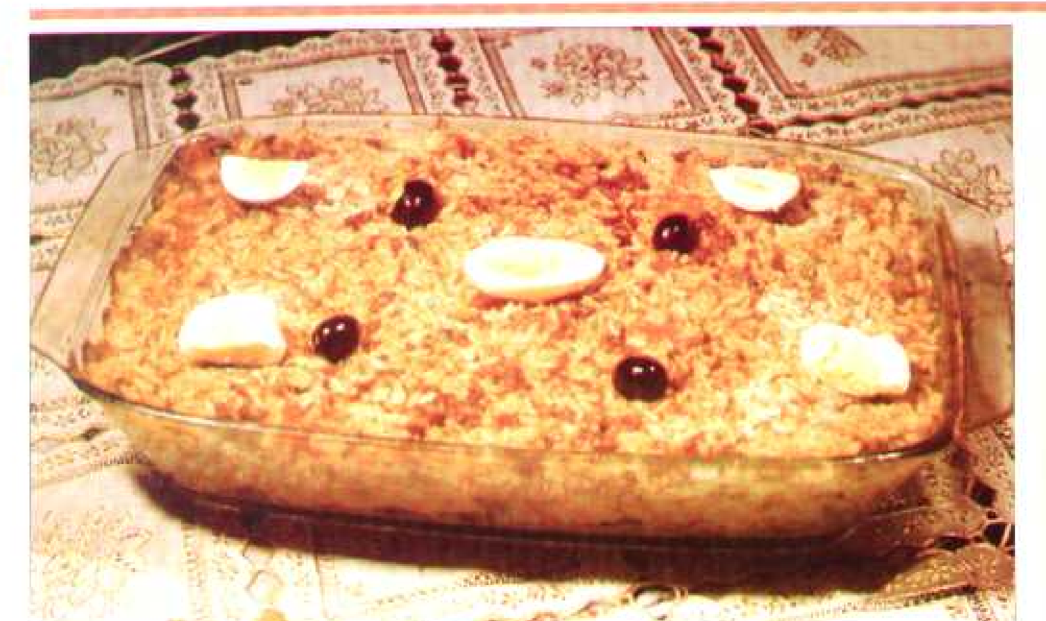


لـ 5 أشخاص.

المقادير:

250 غ أرز، حبة بصل صغيرة، قليل من الفلفل الأكحل، قليل من الملح، 4 حبات طماطم زائد ملعقة طماطم مصبرة، وريقات رند، قليل من الكمون، كروية، 3 ملاعق كبيرة زيت، رأس ثوم، كأس ماء، بيض.

التحضير: ينقى الأرز ويوضع في إناء مع الماء والملح حتى يغلي دون أن يتخثر ودون أن يتخمر، ثم نصفيه ونضعه جانبا. ومن جهة ثانية نقشر الطماطم ونقطعها ثم نفرم عليها الثوم والبصل ونضع الكل في إناء مع إضافة الزيت والملح والفلفل والكمون وأوراق الرند والكروية وملعقة الطماطم، ثم نترك الكل فوق نار متوسطة لمدة 5 دقائق ثم نضيف كأس ماء ونتركها تغلي ثم نضيف الأرز ويترك مدة 15 دقيقة حتى يتخثر. ثم نقدم الأكلة ساخنة مزينة بالطماطم والبيض.



أرز في الفرن مع الطماطم

45 دقيقة

لـ 5 أشخاص.

المقادير:

نصف كلغ أرز، نصف كلغ طماطم، نصف كلغ لحم مفروم (مرحي)، ملح، فلفل أكحل، حبة بصل، فص ثوم، ملعقتين زيت عادي، ماء، زبدة.

التحضير: نقطع الطماطم إلى أنصاف ونفرغ لبها في إناء ونضيف معه اللحم المفروم والبصل والثوم مع إضافة الملح والفلفل والزيت ونتركها فوق نار هادئة حتى تتقلى مدة 3 دقائق ثم نمرقها بحوالي كأسين من الماء ونتركها فوق النار حتى تنضج لمدة 8 دقائق. ثم نصفي اللحم المفروم من المرق نحشو به حبات الطماطم ونتركها جانبا. ننظف الأرز ونضعه في قدر مع الماء والملح والزيت ونتركه فوق نار هادئة حتى يغلي جيدا ويطهى نصف الطهي فقط لمدة 15 دقيقة ثم نصفيه ونضعه في القالب ونصب عليه المرق وقطع من الزبدة، ونزين بحبات الطماطم ثم ندخل القالب في الفرن لمدة 20 دقيقة على نار متوسطة حتى يطهى. تقدم هذه الأكلة مع السلطة.

ملاحظة: يمكن الاستغناء عن الطماطم فتزين بالبيض والزيتون



معكرونة بالزيتون

30 دقيقة

لـ 4 أشخاص.

المقادير:

400غ معكرونة فراشة، ملعقة كبيرة معجون طماطم، بصلة، رأس ثوم، 100غ زيتون أخضر بدون بذور، ربطة معدنوس، ريحان، ملعقة حمار، زيت، ملح، فلفل أسود.

التحضير: نفرم البصل والثوم والمعدنوس ونضعهم في مقلاة بعد إضافة الزيت ونتركهم على نار هادئة لمدة 5 دقائق ثم نضيف لهم معجون الطماطم والحمار والريحان والزيتون ونتركهم لمدة 1/4 ساعة على النار ونحضر المعكرونة كالعادة ونضيفها إلى الخليط وتقدم ساخنة.

محجوبة باللحم في الفرن



1 ساعة

ل 5 أشخاص.

المقادير:

العجينة: 3 كيلات دقيق، ملح، ماء.

الحشو: 250 غ لحم مفروم، حبة بصل، كسبر، فلفل أسود، ملح، زيت، معدنوس.

التحضير: الحشو: نأخذ مقلاة نضع الزيت والبصل المفروم والملح والفلفل الأسود ثم اللحم المفروم والمعدنوس المفروم والكسبر نتركها حتى تطهى.

العجين: نأخذ قصعة نضع الدقيق والملح ونبلل بالماء حتى تكون عجينة نضعها في كيس بلاستيكي ونتركها ترتاح لمدة 15 دقيقة ثم نأخذها وندعكها جيدًا حتى تصبح رطبة نرشها بالماء مع الدعك حتى تصبح طرية نشكلها على شكل كويرات صغيرة ونرتبها في صينية مدهونة بالزيت ونغطيها بكيس بلاستيكي لكي ترتاح لمدة 10 دقائق بعدها ندهن المائدة بالزيت ونبسط العجين عليها مع استعمال الزيت ثم نطوي الجوانب إلى الوسط ثم نطويها مرة أخرى في نفس الاتجاه ونقسمها إلى نصفين ونحشي بالخليط ثم نطوي العجينة ونكمل كل العجين ثم نضعها في صينية فرن وندخلها تطهى لمدة 1/2 ساعة وتقدم ساخنة.

أرز باللّحم المفروم



1 ساعة

ل 5 أشخاص.

المقادير:

300 غ لحم مفروم (مرحي)، حبة بصل، ملح، فلفل أسود، قليل من الخضر المسلوقة، (مثل جريوات، جزر، باذنجان، إلخ)، 250 غ زبدة، كأس أرز، ملعقة طماطم.

التحضير: نأخذ مقلاة ونضع فيها الزيت أو الزبدة والبصل المقطع حتى يذبل ثم نضيف اللحم والفلفل والملح مع إضافة الخضر المسلوقة ثم نأخذ الأرز نسقيه بالماء المغلي أو مرق أبيض أو أحمر ثم نتركه على نار قوية لمدة 5 دقائق ثم نخففها إلى نار هادئة حتى يشرب كل الماء أو المرق وتقدم الأكلة كوجبة كاملة.

ملاحظة: لكي ينضج الأرز نضع السمن أو الزيت ونرمي الأرز الجاف ونتركه يقلى لمدة 5 دقائق ثم نضيف المرق ساخناً ونتركه على نار قوية ثم نخفف النار



معكرونة بالباذنجان



ﻟ 5 أشخاص.

المقادير:
500 غ معكرونة من أي نوع، 3 حبات باذنجان، 1 كلغ طماطم، رأس ثوم، ملح، فلفل أسود، صدر دجاج، 3 ملاعق زيت، ملعقتين من الزبدة، 50 غ فرماج (جبن مفروم).

التحضير: نضع الماء وقليلاً من الزيت في القدر حتى يغلي وقليلاً من الملح ونضيف المعكرونة حتى تطهى ونصفيها ونخلطها مع الزبدة ونتركها جانبًا، ثم ننظف الباذنجان ونقطعه مكعبات ونرش عليه الملح ونقليه ونضعه فوق الورق حتى ينشف. ثم نصفي المقلاة من الزيت ونفرم فيها الثوم ونضيف قطع الدجاج الصغيرة ونرش عليها والملح والفلفل الأسود ونقشر الطماطم ونقطعها إلى قطع صغيرة وتضاف إلى المقلاة حتى يطهى ونضيف إليها الباذنجان المقلي ونضع المعكرونة في صحن ونزينه من فوق بخليط الباذنجان والطماطم والدجاج والجبن المفروم.



أكلة المزيت باللحم



ﻟ 6 أشخاص.

المقادير:
1 كلغ مزيت، 1/2 كلغ لحم بقري، حبة بصل، ملح، فلفل أسود، 4 حبات طماطم، ملعقة طماطم مصبرة، كمية حمص، 3 ملاعق زيت، كمية زبدة، كمية ماء.

الخضر: جزر، 2 حبات بطاطا، 4 حبات كوسة (جريوات).

التحضير: ننظف اللحم ونضعه في القدر، ثم نفرم البصل ونضيف الملح والفلفل الأسود والزيت ونفرم الطماطم ويوضع القدر على النار حيث تكون متوسطة. ونتركها تتقلى لمدة 5 دقائق ثم نمرق بالماء ونرمي الحمص ونتركها لتطهى مع إضافة الخضروات وهذا بعد تنضيفها وتقطيعها، ثم نأخذ المزيت ونسومه ونتركه ليجف ثم نفوره في الكسكاس حتى يتصاعد منه البخار، وبعدها نفرغه في القصعة وندهنه بالزيت ونضيف إليه الملح ونرشه بالماء مع تقليبه باليدين حتى يجف ونرجعه ليفور مرة أخرى، ثم نعصر في القدر حبتين طماطم ونضيف معهما ملعقة طماطم مصبرة ورأس فلفل حار وكأسين ماء ونترك الكل يغلي جيدًا، وبعدها نضع المزيت في الصحن ونصب فوقه المرق ونزين الطبق باللحم، والحمص والخضر.

ملاحظة: المزيت نوع من الكسكسي الأسود ويباع في دكاكين الدقيق.



شخشوخة بالكرشة (بقري)

لـ 6 أشخاص.

30 دقيقة — 1 ساعة

المقادير:

1/2 كلغ كرشة بقري، حبتين بصل، حمص، ملح، فلفل أسود، 3 ملاعق طماطم مصبرة، رأس فلفل حار، زبدة، ثوم، دقيق نجهز به الشخشوخة.

التحضير: نضع الدقيق في القصعة ونضيف إليه الملح ونبلله بالماء حتى نتحصل على عجين ثم نتركه يرتاح في كيس بلاستيكي لمدة 10 دقائق ثم نعجنه جيدًا ونكون منه قرصات ونبسطها بعصا الرشتة (القنوط) ثم نطهيها في الطجين وننزع كل العوالق منها ونفرمها في الصيار ونغربلها في الغربال أو نقطعها بالأظافر. من جهة أخرى نأخذ قدرا ونضع فيه الكرشة المنظفة سابقًا والمقطعة ونفرم فوقها البصل والثوم ونضيف لها الملح والفلفل ونصف كأس ماء، ثم نتركها تتقلّى 6 دقائق ونضيف لها الحمص وملعقة طماطم ثم نمرق بنصف لتر ماء ونتركها تطهى ونضع الكسكاس فوق القدر ونأخذ الشخشوخة فندهنها بقليل من الزيت ونرشها بالماء، ونتركها تجف ثم نضعها في الكسكاس تفور حتى يطلع البخار منها ونضعها في القصعة، ونأخذ قدرا ونضع فيها قليلًا من المرق وقطع زبدة ثم نرش بها الشخشوخة ثم نرجعها تفور للمرة الثانية، وعند فورانها نفرغها في طنجرة ونتركها جانبًا ثم نرجع إلى القدر ونضيف باقي الطماطم ورأس الفلفل الحار ونمرق بكأسين من الماء حتى تطهى الكرشة جيدا ونصفيها من المرق ونضيف إليها كأسًا من الماء ونتركها تغلي جيدا ثم نسقي بها الشخشوخة الموجودة في الطنجرة مع إضافة قطعة من الزبدة ونتركها تتجمر على نار متوسطة حتى تشرب المرق ونضعها في صحن ونزين الطبق بالحمص والفلفل الحار المقلي وبالكرشة.

ملاحظة: عند سقيها، لا نسقيها بالمرق كثيرًا مع التحريك.



بودشيش باللحم والخضر (مرمز)

1 ساعة

لـ 6 أشخاص.

المقادير:

1/2 كلغ دشيش (مرمز)، 1/2 كلغ لحم بقري، كوسة (جريوات)، بصل، قليل من الحمص، ملح، فلفل أسود، ملعقتين زبدة، فلفل حار، ماء، حبتان من الطماطم.

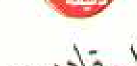
التحضير: نأخذ الدشيش (المرمز) نضعه في الماء حتى ينتفخ، ثم نأخذ اللحم ونضعه في القدر بعد تنظيفه وتقطيعه ونفرم عليه البصل ونضيف إليه الملح والفلفل الأسود وملعقة زبدة 1/2 كأس ماء، ونتركه يتقلى ثم نضيف إليه الحمص ونمرقه بالماء ونتركها تطهى ومن جهة أخرى نفرغ بودشيش في الكسكاس ونضعه يفور ونستمر في العملية 3 مرات وبعدها نعود إلى المرق فنرمي فيه حبات الجريوات المنظفة وحبتي الطماطم كاملتين بعد غسلهما ونتركها تطهى وبعدها نصفي اللحم والخضر ونسقي المرمز ونضعه فوق نار هادئة ونتركه يتشرب لمدة ونزينه من فوق بقطع اللحم والحمص وكوسة (الجريوات).



رشتة بالدجاج



45 دقيقة



لـ ٦ أشخاص.

المقادير:

الرشتة: دقيق (سميد)، ملح، ماء، نشاء.

المرق: دجاجة، بصلة كبيرة، ملح، فلفل أسود، فص ثوم، ملعقتين كبيرتين زبدة، 3 ملاعق زيت، ملعقتين طماطم، قليل من الحمص، رأس فلفل حار.

التحضير: تحضير الرشتة: نضع الدقيق في قصعة نضيف إليه الملح ونبلله بالماء حتى نتحصل على عجين ونتركها ترتاح لمدة 15 دقيقة ثم نعجنها ونقطعها على شكل شرائط ونتركها تجف ومن الأفضل أن تجهز قبل يومين.

تحضير المرق: ننظف الدجاجة ونقطعها ونضعها في القدر ونفرم فوقها البصل والثوم ونضيف إليها الملح والفلفل الأسود والزيت وكأس ماء ونضعها فوق النار لتتقلى لمدة 10 دقائق ثم نمرق بلتر من الماء ونضيف إليها الحمص ونتركها تطهى، ونأخذ إناء ونضع فيه الرشتة وندهنها بالزيت ونفرغها في الكسكاس ونضعه فوق القدر حتى تفور ثم ونفرغها وهذه المرة نأخذ كأس ماء ونرشها به ونرجعها تفور لمدة ثانية ثم نفرغها ونسقيها هذه المرة بكأس مرق مخلوط بالزبدة ونرجعها تفور ونضعها في القصعة ونعود للمرق فنضيف له الطماطم وكأسين من الماء ورأس فلفل حار ونتركها تطهى لمدة 15 دقيقة ثم نصفي الدجاج ونصب المرق على الرشتة ونضيف إليها ملعقة زبدة ونتركها على نار هادئة حتى تتشرب كل المرق وتقدم في الصحن مزينة باللحم والحمص والزبدة.

ثريدة الكسكاس
بكرش الخروف (العصبان)

30 دقيقة 1 ساعة ل 6 أشخاص.



المقادير:
كرش خروف (دوارة)، ملح، بصلتين، فلفل أسود، قليل من الحمص، 3 ملاعق زيت، ملعقتين زبدة، حبتين طماطم، رأسين حار، ملعقة معدنوس، ملعقة كسبر، رأس كرافس، ملعقة نعناع، ماء، 1 كلغ ثريدة، ملعقة طماطم مصبرة.

التحضير: ننظف الدوارة جيدًا ونغليها ونقطعها ونترك قطعة منها لِلْحشو ونقطع جميع الخضر والحشائش ونخلط الكل ونضيف الملح والفلفل الأسود ونحشي بهذا الخليط قطعة الدوارة (الكرش) التي تركناها في البداية ثم نخيطها ونثقبها بالشوكة ثم نضعها في القدر، ونفرم فوقها حبة بصل ونضيف إليها الملح والفلفل الأسود ونمرق بكأس ماء ونضيف إليها الحمص وملعقة طماطم مصبرة ونتركها تتقلى ثم نمرق بلتر ماء ونتركها تطهى على نار متوسطة ومن جهة أخرى نأخذ الثريدة وندهنها بالزيت ونضعها في الكسكاس لتفور ثم نفرغها في القصعة ونرشها بالماء مع الخلط باليد حتى تنشف ثم نرجعها تفور مرة أخرى مع مراقبة المرق وبعد فوران الثريدة نفرغها في قصعة ونرشها بملعقتين كبيرتين من المرق المخلوط مع الزبدة، ونتركها حتى تشرب كل المرق ونرجعها تفور بعد ذلك ثم نفرغها في القدر لتتجمر مع قطع الزبدة ومن جهة أخرى نضيف باقي الطماطم ورأس الفلفل الحار وعندما تنضج (العصبانة) نصفيها من المرق ونسقي الثريدة بقليل من المرق ونضعها فوق نار هادئة ونحركها باستمرار في السقي حتى تنضج الثريدة ونضعها في الصحن ونزينه بالعصبانة والحمص.

ملاحظة: ثريدة الكسكاس هي قطع المربعات العجين نصنعها في البيت أو نشتريها من الدكان.

الأرز بالخضار المشكلة

40 دقيقة ل 5 أشخاص.

المقادير:
ملعقتان من الزيت، بصلة صغيرة مفرومة فرمًا ناعمًا، 250 غ أرز، ماء خضار أو مرق دجاج أي كأسين، 250 غ خضار مشكلة، فاصولياء خضراء القرنبيط (بروكلو)، جزر، كوسة، 3 ملاعق معدنوس مفروم، 50 غ جبن مقطع تقطيعًا ناعمًا.

التحضير: نسخن الزيت في مقلاة سميكة ونضيف إليه البصل ونتركه على نار هادئة حتى يذبل ثم نضيف الأرز ونحركه حتى يغطى الزيت ونضيف إليه كأسًا إلا ربع من المرق الجاهز أو الماء ونتابع الطهي دون تغطية الوعاء مع تحريك المزيج بين الحين والآخر حتى يتم امتصاص السائل فنضيف عندئذ الفاصولياء ونضع القليل من المرق ونتركه قليلا حتى تنضج الفاصولياء ونضيف كل الخضر ثم المرق دفعة واحدة وبعد امتصاص كل السائل نضيف المعدنوس والتوابل حسب الرغبة والجبن المبروش ثم نترك الخليط لمدة 5 دقائق ثم يقدم الطبق كاملاً.

العيش بالمرق الأحمر (بركوكس)

30 دقيقة — لـ 5 أشخاص.

المقادير:
كأس واحد عيش (بركوكس) كأس صغير زيت، أو زيت الزيتون، نصف ملعقة كبيرة ملح، نصف ملعقة صغيرة فلفل أكحل، رأس ثوم حبة بصل، 3 ملاعق طماطم، رأس فلفل حار، حفنة حمص رطب، حبات قليلة بطاطا.

التحضير: نفرم البصل والثوم ونضعها في القدر ثم نضيف إليها الزيت، والملح والفلفل والحمص وملعقة طماطم ونترك الكل يتقلى مدة 5 دقائق ثم تمرق بالماء ونتركها للغليان مدة زمنية ثم نقشر البطاطا ونقطعها قطعا صغيرة ونضيفها للمرق ثم نضيف إليها باقي الطماطم، ثم نسوم (نبلل) العيش بالماء ونصفيه ثم نصبه في القدر مع المرق ونتركه حتى يطهى مدة 25 دقيقة على نار متوسطة مع إضافة فلفل حار. وتقدم الأكلة ساخنة.

العيش (بركوكس) بالحليب

40 دقيقة — لـ 5 أشخاص.

المقادير:
2 لتر حليب من أي نوع، نصف ملعقة صغيرة فلفل أكحل، نصف ملعقة كبيرة ملح، 250 غ عيش، قطعة زبدة.

التحضير: نضع الحليب في قدر فوق نار هادئة ونتركه حتى يغلي مع إضافة الملح والفلفل الأكحل، ثم نرمي العيش في الحليب ونتركه حتى يطهى جيدا فوق نار متوسطة لمدة 40 دقيقة وعندما يطهى العيش نضيف الزبدة. وتقدم الأكلة ساخنة.

كسكسي بالكوسة (جريوات) والحليب

50 دقيقة — لـ 5 أشخاص.

المقادير:
نصف كلغ كوسة (جريوات) 500 غ كسكسي، 2 لتر حليب، نصف ملعقة كبيرة ملح، نصف ملعقة صغيرة فلفل أكحل.

التحضير: يحضر المرق بتقطيع الكوسة ووضعها في إناء للطهي مع إضافة الملح، والفلفل الأكحل، والماء وتترك فوق نار متوسطة لمدة 30 دقيقة ثم نصب فيها الحليب ونتركه لمدة 20 دقيقة فوق نار هادئة. ثم يقدم الكسكسي مسقيا بمرقة الحليب.

ملاحظة: نحضر الكسكسي على الطريقة العادية

شخشوخة بالفول طازج (أخضر)

50 دقيقة ل 5 أشخاص.

المقادير:

3 كؤوس شخشوخة كسرة، 1 كلغ فول أخضر (الحب فقط)، ملح، زبدة أو زيت الزيتونة.

مقادير تحضير الشخشوخة:

2 كلغ دقيق، ماء، ملح.

التحضير: نضع الدقيق في القصعة بعد غربلته، ونبلله بالماء ونعجنه جيدا ونشكل قرصات ثم نبسطها الواحدة تلو الأخرى بعود الرشتة، ثم نطهيها في الطاجين (الفخار) ثم ننقيها من الحروق ثم نقطعها بالأظافر أو بسيار السوق. حتى ننهي كل القرصات، بعد ذلك نغربلها ليسقط منها الدقيق ثم نرشها بالماء ونضعها في الكسكاس لتفور، وعند الفوران نضعها في القصعة ثم نرشها بالماء ونرجعها إلى الكسكاس ثم نضع الكل في القصعة ونمزج الكل مع بعض جيدا ونضيف الزبدة ونستمر في مزج الخليط مع الفول الفاير. وتقدم الأكلة مزينة بالزبدة.

معكرونة بالصلصة

35 دقيقة ل 5 أشخاص.

المقادير:

400 غ معكرونة، 300 غ طماطم، حبتين كوسة، بصلة، 10 غ زيتون أسود أو أخضر بدون نواة، 20 غ زبدة، 3 ملاعق زيت زيتون، ملح، فلفل أسود.

التحضير: نقلي البصل المفروم في الزبدة زيت الزيتون، ونضيف إليهما كل من الطماطم والكوسة المهشمة إلى قطع صغيرة وبعدها ترش بالملح والفلفل الأسود وتترك فوق نار هادئة لمدة 20 دقيقة.

تغلى المعكرونة في ماء مملح لمدة 15 دقيقة ثم تصفى وتترك جانبا.

وقبل نزع المرق المحضر من فوق النار نضيف إليه الزيتون.

ثم توضع المعكرونة في صحن واسع ونصب فوقها المرق المحضّر وتخلط جيدا وتقدم الأكلة ساخنة.

معكرونة باللحم

55 دقيقة ل 5 أشخاص.

المقادير:

نصف كلغ لحم بقري، نصف كلغ معكرونة، رأس ثوم، حبة بصل، 3 ملاعق طماطم مصبرة، نصف ملعقة كبيرة ملح، ملعقة صغيرة فلفل أكحل، قليل من الحمص، رأس ثوم، رأس فلفل حار، قليل من الزبدة، 3 ملاعق زيت.

التحضير: نضع المعكرونة في القدر مع الماء والملح ونتركها فوق النار حتى تطهى مدة 15 دقيقة ثم نصفيها من الماء ونضعها جانبا. ومن جهة أخرى ننظف اللحم ونضعه في القدر ونفرم عليه البصل والثوم ونضيف معه الملح والزيت والحمص والطماطم والفلفل الأكحل، ورأس الحار، ونتركها تتقلى مدة 10 دقائق ثم نمرق بلتر ماء ونتركها تطهى مدة 30 دقيقة فوق نار متوسطة وعندما يطهى اللحم يصفى من المرق ونضيف للقدر باقي الطماطم ونتركها حتى تغلي ثم نرمي المعكرونة حتى تتخثر ويجف مرقها فنضيف لها الزبدة.

وتقدم مزينة باللحم والحمص.

أرز بالدجاج والجلبانة

40 دقيقة ل 5 أشخاص.

المقادير:
نصف كلغ أرز، نصف كلغ دجاج، نصف ملعقة كبيرة ملح، نصف ملعقة صغيرة فلفل، حبة بصل، رأس ثوم، 3 ملاعق طماطم، قليل من الزيت، حفنة حمص مرطب، قليل من الزبدة، حفنة بازلاء (جلبانة).

التحضير: ننظف اللحم ونقطعه ونضعه في القدر ونفرم عليه البصل والثوم ثم نضيف إليه الزيت والملح والفلفل الأكحل والطماطم المصبرة والحمص ونترك الكل يتقلى مدة 5 دقائق، ثم نمرق بحوالي لتر ماء ونتركها تطهى على نار متوسطة، مع إضافة الجلبانة. ومن جهة أخرى نأخذ الأرز فننقيه ونبلله (تسومه) بالماء ثم نصفيه ونتركه يجف ثم نضعه في الكسكاس فوق القدر ونتركه يفور ثم ننزعه ونضعه في قصعة ثم نرشه بالماء ونتركه يجف ثم نرجعه إلى الكسكاس مرة ثانية ثم نفرغه في القصعة ونرشه ونرجعه إلى الكسكاس وهكذا أربع مرات حتى يصبح رطبا (طريا). ثم نعود للمرق فنصفي اللحم عند نضجه، ثم نضيف للمرق كأس ماء وباقي الطماطم ونتركها تغلي (لا بد أن يكون المرق كاف) ثم نضع الأرز في إناء كبير مع الزبدة ونصب عليه المرق ونتركه فوق نار هادئة حتى يجف كل المرق. وتقدم الأكلة ساخنة.

أرز بالباذنجان

55 دقيقة ل 5 أشخاص.

المقادير:
150 غ لحم، 200 غ باذنجان، 200 غ أرز، نصف كأس زيت، نصف ملعقة كبيرة ملح، نصف ملعقة صغيرة فلفل أكحل، رأس ثوم، حبة بصل، ملعقتين طماطم مصبرة.

التحضير: ننظف اللحم ونقطعه ونضعه في القدر ونفرم عليه البصل والثوم ونضيف الملح والفلفل الأكحل، وملعقة طماطم والزيت ونتركها تتقلى لمدة 10 دقائق على نار متوسطة ثم نمرق بلتر من الماء ونتركها تطهى لمدة 30 دقيقة ونضيف باقي الطماطم ومن جهة أخرى نقطع الباذنجان إلى شرائح ونملحه ونقليه حتى يحمر على جهتين ونتركه جانبا ثم نأخذ الأرز وننظفه عدة مرات بالماء ثم نضعه في إناء مع قليل من الزيت حتى يتقلى فوق النار لمدة 10 دقائق ثم نضيف المرق ونتركه على نار هادئة ثم نتركه حتى ينشف كل المرق ودائما على نار هادئة ثم نضع الأرز ثم اللحم ونصب الكل في صحن ونزين الطبق بالباذنجان. وتقدم أكلة الأرز ساخنة مع السلطة.

أرز باللسان

45 دقيقة ل 5 أشخاص.

المقادير:
لسان بقري، 3 حبات طماطم، ملعقة صغيرة طماطم مصبرة، 7 ملاعق زيت، فص ثوم، ربطة معدنوس، ملعقة صغيرة كمون، 1/2 ملعقة حمّار، قليل من الفلفل الأسود، 250 غ أرز، ملح، بيضة، زيت للقليان، فرينة.

التحضير: نُنظف اللسان جيدًا ونغليه في الماء والملح لمدة 10 دقائق ثم نقشره ونقطعه ونضعه في القدر ونصب عليه الزيت ونفرم الثوم ونضيفها مع الملح والحمّار والطماطم المصبرة والفلفل الأسود والكمون ونضع القدر على نار متوسطة ونضيف إليها قليلًا من الماء ونتركه يتقلى لمدة 5 دقائق ونمرق بحوالي لتر من الماء ونتركه يطهى حتى يصبح اللسان طريًا ثم نصفيه من القدر ونضيف إليه الطماطم المفرومة وربطة المعدنوس بعد تقطيعها ونتركه. ومن جهة أخرى نأخذ اللسان المقطع ونغمسه في البيض ثم نغمسه في الفرينة ونقليه في الزيت حتى نكمل كل القطع ثم نغلي الأرز في الماء والملح ثم نصفيه ويوضع في الصحن ونصب عليه المرق المتخثر ونزينه بقطع اللسان المقلية ويقدم كوجبة كاملة.

بربوشة غليظة (خشينة)



لـ 5 أشخاص.

المقادير:

3 كؤوس بربوشة غليظة، نصف علبة زبدة، ملح.

التحضير: نضع حوالي لتر ونصف ماء في القدر ونتركه يغلي ثم نرمي فيه البربوشة ونضيف الملح ونتركها لتطهى جيدا لمدة 30 دقيقة ثم نصفيها باستعمال الكسكاس. وتقدم في الصحن مع دهنها بالزبدة (الكمية حسب الرغبة) وكذلك إضافة السكر حسب الرغبة، وتقدم بدون سكر أو بالسكر.

عجينة الرشتة

لـ 5 أشخاص.

المقادير:

كلغ دقيق، كأس نشاء، ملح، ماء.

التحضير: نضع الدقيق في القصعة ويضاف إليه الملح والماء حتى يكون عجينة ثم نتركها ترتاح لمدة 10 دقائق ثم ندعكها جيدا ونكورها عدة مرات ثم نبسطها بالعود والنشاء حتى نتحصل على قرصة كبيرة رقيقة ونضع في وسطها النشاء ونلفها ونقطعها على شكل حبال وننشرها في الغربال وعند الحاجة نستعملها.

والمرق تحضر مثل الدويدة بالمرق الأبيض أو مثل الثريدة بالمرق الأحمر.

سباقيتي بالدجاج



لـ 5 أشخاص.

المقادير:

250غ سباقيتي، 250غ دجاج، قطع من الزبدة 2 صفار بيض، نصف كأس قشدة طرية (كريم فراش)، ملح، فلفل أسود.

التحضير: نضع السباقيتي في إناء به ماء مغلي وقليلا من الملح مع التحريك مرة بعد مرة حتى تطهى ونتركها لمدة 10 دقائق ثم نأخذ قطع الدجاج ننظفها ونملحها ونضع قطعة زبدة في مقلاة ونرمي فيها الدجاج ونخلط ذلك جيدًا ونضيف السباقيتي ونخلط أيضا جيدًا ونأخذ صفار بيضتين ونمزج مع (الكريم فراش) ونصبها فوق السباقيتي ونخلط ذلك جيدًا ثم نضع الكل في صحن وندخلها إلى الفرن لمدة 5 دقائق، ثم نخرجها ونقدمها كوجبة كاملة وساخنة.

كسكسي أسود (بومغلوت)

1 ساعة

لـ 6 أشخاص.

المقادير:

1 كلغ بومغلوت، ملح، فلفل أسود، حمص، 1/2 كلغ لحم بقري، فلفل حار، حبتان من البطاطا، حبتان جريوات(كوسة)، 4 كرابط فول أخضر، 2 جزر، 6 فروع (أعراف) خرشف، كأس زبدة، 4 حبات طماطم ، 2 حبات خردل، ويجب أن يكون القدر بالكسكاس.

التحضير: نضع الماء في القدر ونتركه يغلي ثم ننظف الكسكس بالماء ونتركه يجف ثم نضعه في الكسكاس حتى يفور، ونضعه في قطعة نظيفة ونفركها بقطعة من الزبدة ونضيف لها الملح والماء حتى تتشرب كل الماء ثم نعيدها إلى الكسكاس ونتركها تفور، ولما تفور نفرغها في صحن غامق ونتركها جانبا أما اللحم فنضعه في القدر ونضيف له البصل والملح والفلفل، وملعقة زبدة، وكأس من الماء ونتركه يتقلى لمدة 10 دقائق ثم نمرق 1/2ل ماء ثم نضيف جميع الخضر ماعدا البطاطا نتركها في الآخر مع الطماطم، بعد تنضيفها نقطعها ونرميها مع اللحم ونضيف إليها الماء ونتركها تطهى وبعدها نرمي الطماطم والبطاطا والفلفل الحار حتى يطهى الكل ونصفي اللحم والخضر إذا كان المرق قليلاً نضيف إليه الماء حتى يتخثر المرق ونسقي به الكسكس ونزين الطبق باللحم والخضر والحمص.

ملاحظة: نستطيع أن نحضره بالحليب

كسكسي بالرأس

1 ساعة

لـ 5 أشخاص.

المقادير:

رأس خروف، حبتين بصل، ملح، فلفل أسود، طماطم، حبتان من الباذنجان والجريوات (القرعة)، حبتين بطاطا، حمص، جزر، 3 حبات طماطم، رأس خرشف أو قرنون، 1كلغ كسكسي، رأس فلفل حار، ملعقة طماطم مصبرة.

التحضير: نأخذ الرأس ونحرقه فوق النار ثم نكشطه بالسكين حتى ينزع كل الشعر ثم ينضف بالماء جيدًا ويقطع إلى سبع قطع ونضعه في القدر ونفرم عليه البصل ونضيف إليه الملح والفلفل ونصف كأس الماء ونتركه يتقلى لمدة 10 دقائق وبعدها نضيف إليه لترًا من الماء وحبة طماطم والحمص ومن جهة أخرى نأخذ الباذنجان ننظّفه ونقسمه على اثنين ويملح وكذلك الجريوات ونتركهم جانبًا ونعود للخضر فننظفها ونضيفها للمرق مع الفلفل الحار أما الكسكسي فنسقيه بالماء ونصفيه ونتركه يجف ثم نضعه يفور فوق القدر في كسكاس ونعود للباذنجان والجريوات ونرميها في القدر وكذلك حبات الطماطم أما الكسكسي فعندما يفور نفرغه في قصعة ونضيف له الملح وندهنه بالزيت ثم نرشه بالماء حتى يصبح رطبًا ونتركه يجف لمدة 10 دقائق ونرجعه يفور للمرة الثانية وعند فورانه ننزعه ونضع ملعقة طماطم مصبرة في القدر مع إضافة كأس ماء كبير ونتركه حتى يتخثر المرق ثم نضع الكسكسي في مترد أو صحن فخاري ونسقيه بالمرق ونزيّنه باللحم والخضر.

ملاحظة: إذا نضج اللحم والخضر نستطيع تصفيتهما من المرق وإضافة الطماطم والماء.

المقلوبة

1 ساعة

لـ 5 أشخاص.

المقادير:

300غ أرز، 300غ لحم أو صدر دجاج، نصف كيلو من الطماطم، نصف كيلو باذنجان، حبة بصل، فلفل أسود، ملح، قطعة من الزبدة أو الزيت، كأس ماء.

التحضير: نأخذ الأرز من بعد تنقيته وتنظيفه مع قطعة زبدة في القدر ونحركه جيدا ثم نصب عليها الماء المغلي حوالي نصف لتر على نار هادئة حتى ينضج ويشرب كل الماء، وأثناء ذلك ننظف الباذنجان ونقطعه حلقات ونقليه في الزيت ونضعه جانبًا.

وبعد ذلك نأخذ البصل والثوم المقطع ونقليه في الزيت على نار هادئة ثم نضيف إليه قطع اللحم ونتركها تحمر بدورها مع البصل ثم نمرقها بكأس كبير من الماء ونتركها تنضج ثم نقطع الطماطم ونضيفها إلى قطع اللحم ونتركها تتخثر جيدا على نار هادئة. وبعدها نأخذ صحنًا عميقًا حيث نضع أولا قطع اللحم والطماطم أو «الصلصة» ثم الأرز ثم الباذنجان. مرة ثانية نضع الأرز ثم صلصة الطماطم ثم الباذنجان وأخيرًا نرصها جيدًا ثم نقلب الصحن..

ملاحظة: يقدم هذا الطبق مع أنواع مختلفة من السلطة.



الشباح الصفراء



المقادير:

لحم، بصل، فلفل أكحل، زعفران، سمن، ماء ورد، 4 كيلات لوز، سكر، قرفة وقرنفل، بيض.

التحضير: نضع اللحم والبصل والفلفل الأكحل في إناء مع السمن ونضعها على نار هادئة وبعد ذلك نضيف إليها قليلا من ماء ورد وبعد أن تغلي قليلا نضيف إليها الماء ثم السكر مع التحريك حتى لا تجمد.

1) نضع 4 كيلات لوز في إناء إضافة إلى كيلة سكر مع القرفة والقرنفل



2) نضيف إليها صفار البيض حتى تصبح عجينة



3) ثم نصنع منها بعض القوالب



4) نأخذ بياض البيض ونخلطه جيدا ونغمس فيه قوالب الشباح

5) ثم نقليها في المقلاة

6) نكرر عملية القلي مرتين



نعود إلى المرق لنضيف لها قليلا من الزعفران وماء الورد وقليلا من القرفة... بعدها نضع حبات الشباح في المرق ونقدم ساخنة أو باردة. وتأكل في المناسبات.



قالب شباح الصفراء في الفرن

40 دقيقة

لعدة أشخاص

المقادير:

المرق: 500غ لحم خروف، 2 ملاعق زبدة، ملح، حبة بصل، فلفل أسود، زعفران، عود قرفة، كأس سكر، ماء، ملعقة كبيرة ماء ورد.

عجينة اللوز: 250غ لوز محمص مرحي، 80غ خبز، 125غ سكر، 5 بيضات، كيس خميرة كيماوية، قرفة، ملعقة ماء ورد، 100غ زبدة.

التحضير: نأخذ إناء نضع فيه اللحم ونفرم عليه البصل ونضيف إليه الملح والفلفل الأسود و الزبدة والقرفة والزعفران و3 ملاعق كبيرة ماء ونترك الكل يتقلى على نار هادئة لمدة 5 دقائق ونمرق بـ 1/2 لتر ماء ثم نتركها تطهى على نار هادئة حتى يقترب اللحم من النضج ونضيف إليها السكر ونترك المرق يتعقد ثم نصب عليها ملعقة ماء ورد ومن جهة أخرى نأخذ اللوز المرحي الرقيق ونخلطه مع الخبز المرحي والسكر والخميرة والقرفة وماء الورد، ونبلّل الخليط بالبيض حتى نتحصل على عجين ثم ندهن القالب ونبسط فيه العجين بملعقة الحطب ثم ننثر عليها الزبدة وندخلها إلى الفرن حتى تأخذ اللون الأحمر لمدة ربع ساعة ونخرجها من الفرن ونقطعها إلى مقروضات وتوضع في صحن ويصب عليها المرق الساخن وتقدم في المناسبات.

طاجين البطاطا الحلوة

50 دقيقة

لـ 5 أشخاص.

المقادير:

2 كلغ بطاطا حلوة، حبة بصل، 1/2 كلغ لحم خروف، 1/2 كلغ سكر عادي، ملح ملعقة كبيرة سمن، كأس كبير من ماء الزهر، قرفة، قرنفل وزعفران.

التحضير: نقشر البطاطا ونقطعها إلى أبراج ونضعها جانبا وبعد ذلك نأتي بطنجرة ونقطع فيها البصل إلى قطع صغيرة ونضع معه اللحم والملح والسمن والقليل من الماء ثم تضع الطنجرة فوق نار تكون هادئة للتقلى وعندما تبدأ في الغليان نضع البطاطا وماء الزهر والقرفة والقرنفل والزعفران ونخلط الكل جيدا ثم نضيف السكر ونتركها حتى تعقد ونطفئ عليها النار ويقدم باردا أو ساخنا حسب الذوق.



طجين الشواء

35 دقيقة

لـ 5 أشخاص.

المقادير:
500 غ لحم دجاج، نصف ملعقة صغيرة فلفل أكحل، نصف ملعقة كبيرة ملح، حبة بصل، رأس ثوم، 3 ملاعق زبدة، كأس زيت، معدنوس، ليمون.

التحضير: ننظف اللحم ونقطعه قطعا كبيرة الحجم، ونضعه في القدر ونفرم عليه البصل والثوم ونضيف إليه الملح والزبدة والفلفل الأكحل ونضع القدر على نار متوسطة ونتركها تتقلى مدة 10 دقائق، ثم نمرق بحوالي 3 كؤوس من الماء ونتركها لتطهى مدة 25 دقيقة ثم نصفي اللحم من المرق ثم نحمره في المقلات مع قليل من الزيت على الجهتين وبعد ذلك نضع قطع اللحم في الصحن ونصب عليها المرق. وتقدم الأكلة مزينة بشرائح الليمون والمعدنوس المقطع.



طجين الكفتة

45 دقيقة

لـ 5 أشخاص.

المقادير:
نصف كلغ لحم، 250 غ لحم مفروم، حبة ونصف بصل، نصف ملعقة صغيرة فلفل أكحل، نصف ملعقة كبيرة ملح، 3 ملاعق زبدة، معدنوس مقطع، بيضتين، ليمون، نصف ملعقة نشاء أو دقاق الفريك.

التحضير: نقطع اللحم وننظفه ونضعه في القدر، ونفرم عليه البصل ثم نضيف كل من الملح والفلفل والزبدة، ونتركها تتقلى مدة 10 دقائق على نار متوسطة، ثم نمرق بحوالي 4 كؤوس من الماء ونتركها تطهى لمدة 30 دقيقة أخرى. ومن جهة أخرى نضع اللحم المفروم في إناء ونفرم عليه البصل ونضيف له الملح والنشاء والفلفل الأكحل ونقطع فوقه المعدنوس ونضيف البيضة ونمزج الخليط جيدا ثم نضيفه إلى المرق بعد تشكيله كويرات صغيرة ونتركه ينضج مدة 15 دقيقة. ومن جهة ثانية نأخذ صفار البيض وعصير الليمون والمعدنوس المقطع ونخلط الكل مع بعض، ونصبه في القدر بعد أن نطفئ الموقد. وتقدم الأكلة ساخنة مزينة بشرائح الليمون.

ملاحظة: يمكن أن تقدم الأكلة بدون بيض ولا الليمون.



طجين الشواء

35 دقيقة

لـ 5 أشخاص.

المقادير:

500 غ لحم دجاج، نصف ملعقة صغيرة فلفل أكحل، نصف ملعقة كبيرة ملح، حبة بصل، رأس ثوم، 3 ملاعق زبدة، كأس زيت، معدنوس، ليمون.

التحضير: ننظف اللحم ونقطعه قطعا كبيرة الحجم، ونضعه في القدر ونفرم عليه البصل والثوم ونضيف إليه الملح والزبدة والفلفل الأكحل ونضع القدر على نار متوسطة ونتركها تتقلى مدة 10 دقائق، ثم نمرق بحوالي 3 كؤوس من الماء ونتركها لتطهى مدة 25 دقيقة ثم نصفي اللحم من المرق ثم نحمره في المقلات مع قليل من الزيت على الجهتين وبعد ذلك نضع قطع اللحم في الصحن ونصب عليها المرق. وتقدم الأكلة مزينة بشرائح الليمون والمعدنوس المقطع.



طجين الكفتة

45 دقيقة

لـ 5 أشخاص.

المقادير:

نصف كلغ لحم، 250 غ لحم مفروم، حبة ونصف بصل، نصف ملعقة صغيرة فلفل أكحل، نصف ملعقة كبيرة ملح، 3 ملاعق زبدة، معدنوس مقطع، بيضتين، ليمون، نصف ملعقة نشاء أو دقاق الفريك.

التحضير: نقطع اللحم وننظفه ونضعه في القدر، ونفرم عليه البصل ثم نضيف كل من الملح والفلفل والزبدة، ونتركها تتقلى مدة 10 دقائق على نار متوسطة، ثم نمرق بحوالي 4 كؤوس من الماء ونتركها تطهى لمدة 30 دقيقة أخرى. ومن جهة أخرى نضع اللحم المفروم في إناء ونفرم عليه البصل ونضيف له الملح والنشاء والفلفل الأكحل ونقطع فوقه المعدنوس ونضيف البيضة ونمزج الخليط جيدا ثم نضيفه إلى المرق بعد تشكيله كويرات صغيرة ونتركه ينضج مدة 15 دقيقة. ومن جهة ثانية نأخذ صفار البيض وعصير الليمون والمعدنوس المقطع ونخلط الكل مع بعض، ونصبه في القدر بعد أن نطفئ الموقد. وتقدم الأكلة ساخنة مزينة بشرائح الليمون.

ملاحظة: يمكن أن تقدم الأكلة بدون بيض ولا الليمون.



طجين القرنبيط (بروكلو)

40 دقيقة ل 5 أشخاص.

المقادير:

300 غ لحم، 150 غ لحم مفروم، فلفل أكحل، نصف ملعقة كبيرة ملح، حبة بصل، رأس ثوم قليل من الفرينة (ملعقة صغيرة) بيضتين، رأس قرنبيط (بروكلو)، قليل من الزبدة.

التحضير: نحضر المرق بوضع اللحم المقطع في القدر ونفرم عليه البصل والثوم ونضيف لها الملح والفلفل الأكحل والزبدة ونتركها تتقلى مدة 8 دقائق، فوق نار هادئة ثم نضيف إليها لترا من الماء ونتركها تطهى مدة 30 دقيقة ومن جهة أخرى نغلي (البروكلو) وحده جيدا ثم نصفيه ونفرمه ثم نأخذ اللحم المفروم ونمزج معه (البروكلو) مع إضافة البيض والملح والفلفل الأكحل ثم نغمسه في الفرينة ثم نقليه في المقلات مع الزيت ونضعه في الصحن ونصب عليه المرق ونزينه بقطع الليمون والمعدنوس.



طجين الحوت

50 دقيقة ل 5 أشخاص.

المقادير:

500 غ لحم، 300 غ لحم مرحي، نصف علبة زبدة، بيضة، حبة بصل، رأس ثوم، نصف ملعقة كبيرة ملح، نصف ملعقة صغيرة فلفل أكحل، ملعقتين طماطم، كسبر، كمون، وقليل من النشاء.

التحضير: ننظف اللحم ونقطعه ونضعه في القدر، ونفرم عليه البصل والثوم ونضيف إليه الملح والفلفل والطماطم والزبدة ونضع الكل يتقلى لمدة 10 دقائق، على نار متوسطة، ثم نمرق بأربعة كؤوس من الماء ونتركها تطهى مدة 25 دقيقة.

ومن جهة أخرى نضع اللحم المفروم في وعاء ونفرم معه البصل ونضيف له الكمون، والثوم والملح والفلفل الأكحل، وقطعة زبدة والبيضة والنشاء ونمزج الكل جيدا ثم نشكلها على شكل أصابع ونقليها ونرميها مع المرق حتى تطهى مدة 15 دقيقة. وتقدم ساخنة ومزينة بالكسبر.

ملاحظة: نغمس الأصابع في الكمون ثم نقليها في الزيت ويمكن عمل مرق أبيض

طجين التفاح





ل 5 أشخاص.

المقادير:

1 كلغ تفاح، نصف كلغ لحم خروف، حبة بصل، نصف ملعقة كبيرة ملح، نصف ملعقة صغيرة فلفل أكحل، قرصة قرفة، 3 ملاعق سمن أو زبدة، 1كلغ سكر، ماء الزهر، وزعفران، قرنفل.

التحضير: نقطع اللحم وننظفه ونضعه في قدر ونفرم عليه البصل ونضيف له الملح والفلفل الأكحل وفنجانا من ماء الزهر، والسمن والزعفران، والقرفة وثلاث ملاعق سكر، ونتركها تتقلى مدة 10 دقائق فوق نار متوسطة ونمرق بحوالي 4 كؤوس ماء ونتركها مدة 30 دقيقة.

ومن جهة أخرى نقشر التفاح ونقطعه أبراج وننظفه وبعد ذلك ندهنه بشرائح الليمون ونضعه في الماء حتى لا يحمر ونتركه جانبا. وعندما يطهى اللحم نضيف إليه التفاح وبنفس كيل التفاح نضيف السكر ونتركها حتى تعقد ثم نضيف فنجانا من ماء الزهر. وتقدم الأكلة ساخنة.

طجين العين (البرقوق)





ل 5 أشخاص.

المقادير:

نصف كلغ لحم خروف، نصف كلغ برقوق، نصف كلغ سكر، حبة بصل، نصف ملعقة فلفل أكحل، ملعقة صغيرة ملح، 100 غ لوز حبات مقشرة، 3 ملاعق سمن، قرفة، ماء زهر.

التحضير: نقطع اللحم وننظفه ونضعه في القدر للطهي ونفرم عليه البصل ونضيف له الملح والفلفل الأكحل والقرفة والزبدة و3 ملاعق سكر وفنجان ماء زهر ونترك ما في القدر يتقلى مدة 10 دقائق على نار متوسطة ونمرق بحوالي 4 كؤوس من الماء ونتركها تنضج مدة 30 دقيقة.

ومن جهة أخرى نضع (العين) البرقوق فوق إناء مع ماء دافئ حتى تترطب ثم نصفيها وتضاف مع المرق ونضيف السكر ونتركها فوق النار حتى تعقد مع إضافة اللوز المحمص وفنجان ماء الزهر. وتقدم الأكلة ساخنة.



طجين الخرشف
(الأرضي شوكي)

40 دقيقة ل 5 أشخاص.

المقادير:

1 كلغ خرشف، 300 غ لحم دجاج، ملعقة صغيرة زعفران، نصف ملعقة كبيرة ملح، نصف ملعقة صغيرة فلفل أكحل، 250 غ زيتون بنفسجي (Violé) رأس ثوم، ملعقة كبيرة زبدة، رند.

التحضير: ننظف اللحم ونقطعه ونضعه في القدر، ونفرم عليه الثوم ونضيف كل من الملح والفلفل والزعفران والرند، والزبدة ونمرق دون أن نقليّها بحوالي 3 كؤوس من الماء ونتركها تطهى على نار متوسطة لمدة 20 دقيقة.

ومن جهة أخرى نقشر الخرشف وننظفه ونقطعه ونضعه في إناء وحده مع الماء ونتركه يغلي لمدة 15 دقيقة ونضيفه إلى المرق.

ثم نغلي الزيتون وحده مرتين، ثم نصفيه دون أن ننزع منه النواة ونضيفه إلى المرق ونتركه على النار مدة 5 دقائق. وتقدم الأكلة ساخنة مزينة بشرائح الليمون والمعدنوس المقطع.



طجين السفيرية

55 دقيقة ل 5 أشخاص.



المقادير:

400 غ لحم، 1 كلغ خرشوف (قرنون)، نصف ملعقة كبيرة ملح، نصف ملعقة صغيرة فلفل أسود، ملعقة سمن، نصف ملعقة زعفران، حبة بصل، بيضتين، ملعقة فرينة حبة ليمون، معدنوس.

التحضير: ننظف اللحم ونقطعه ونضعه في القدر ونضيف إليه الملح والفلفل الأكحل والسمن، والقرفة والزعفران ونفرم البصل، ثم نضعه فوق نار متوسطة حتى تتقلى لمدة 10 دقائق ثم نمرق بلتر من الماء، ونتركها تنضج مدة 30 دقيقة ومن جهة أخرى ننظف القرنون ونقطعه إلى نصفين ونضعه في إناء من الماء والملح حتى يطهى جيدا، ثم نصفيه، ونمزج كل من الفرينة والبيض مزجا جيدا ونغمس القرنون في هذا المزيج ونقليه في الزيت الساخن حتى ننتهي منه كله ونرميه في المرق مع إضافة قليل من الماء ونتركه يطهى مدة 15 دقيقة ثم نطفئ الموقد. وتقدم الأكلة ساخنة مزينة بشرائح الليمون والمعدنوس المقطع.



طجين المشمش



ل 5 أشخاص.

المقادير:

250 غ لحم خروف، 200 غ لحم مفروم، نصف كلغ بطاطا، حبة بصل، 3 بيضات، زبدة، فلفل أسود، قرفة قليل من النشاء.

التحضير: نقطع اللحم وننظفه ونضعه في القدر ونفرم عليه البصل ونضيف إليه قليلا من النشاء والملح والفلفل الأسود ونتركها تتقلى مدة 10 دقائق، ثم نمرق بحوالي 4 كؤوس ماء ونتركها لتطهى مدة 30 دقيقة.

ومن جهة أخرى نأخذ اللحم المفروم وبياض البيضات وقليلا من الملح والفلفل الأكحل ونخلط الكل جيدا ثم نكور المزيج كويرات صغيرة ثم نضيفها إلى المرق ثم نأخذ البطاطا نطهيها وحدها في الماء ثم نخرجها ونفرمها ونضيف لها الملح والفلفل والبيض ونغلف بهذا المزيج كويرات اللحم بعد طهيها. ثم نقليها في الزيت ونضعها في الصحن ونزينها بشرائح الليمون والمعدنوس المقطع وهذا بعد أن نصب فيها المرق.

ملاحظة: نمزجها في الفرينة قبل قليها



طجين السفرجل



ل 5 أشخاص.

المقادير:

1 كلغ سفرجل، 500 غ لحم، 1 كلغ سكر، نصف ملعقة كبيرة ملح، نصف ملعقة صغيرة فلفل أكحل، حبة بصل، سمن ماء زهر، قرفة وقرنفل.

التحضير: ينظف اللحم ويقطع ويوضع في قدر للطهي ونفرم عليه البصل ونضيف إليه الفلفل والزعفران والقرفة و3 ملاعق سكر، والسمن وماء الزهر ونتركه يتقلى مدة 10 دقائق على نار متوسطة، ثم نمرق بـ 4 كؤوس من الماء ونتركها تطهى مدة 30 دقيقة، ومن جهة أخرى نقشر السفرجل ونقطعه إلى أبراج مثل أبراج البرتقال ونضعه في الماء مع عصير الليمون حتى لا يحمر، وعندما ينضج اللحم نضيف السفرجل إلى القدر ومعه السكر ونتركه حتى يعقد (يتخثر) مع إضافة قليل من ماء الزهر. وتقدم الأكلة ساخنة.

ملاحظة: نفس كيلة السفرجل نكيل بها السكر.

طجين الملوخية





40 دقيقة

لـ 5 أشخاص.

المقادير:

250 غ ملوخية، نصف كلغ لحم عجل (بقري) ملعقتين طماطم نصف ملعقة هريسة حارة، رأس ثوم، نصف كأس زيت زيتونة، نصف ملعقة كبيرة ملح، نصف ملعقة صغيرة فلفل أكحل، رأس فلفل حار وبصل.

التحضير: ننظف اللحم ونقطعه ونضعه في قدر الطهي ونفرم عليه الثوم والبصل ونضيف الملح والفلفل والزيت وملعقة طماطم والهريسة ونتركها تتقلى مدة دقيقتين ثم نصب الملوخية في الزيت في الصحن ونخلط بالملعقة ونرميها في القدر مدة 10 دقائق ثم نمرق بـ 3 كؤوس ماء ونتركها تطهى لمدة 30 دقيقة مع إضافة باقي الطماطم ورأس فلفل حار والثوم ونترك الملوخية تجف من الماء. وتقدم مزينة بالكسبر.

طجين الجبن





50 دقيقة

لعدة أشخاص.

المقادير:

250 غ لحم مرحي، 250 غ لحم مقطع، 2 حبات بصل، ملح، فلفل أسود، بيضة، 100 غرام جبن، ماء، ملعقة زبدة، معدنوس، ليمون.

التحضير: نأخذ اللحم بعد تنظيفه في القدر ونضيف إليه البصل بعد فرمه والملح والفلفل الأسود. والزبدة ونضع القدر على نار متوسطة حتى تتقلّى ثم نمرقها بكأسين من الماء ونتركها تطهى ومن جهة أخرى نأخذ اللحم المفروم ونضع معه بصلة مفرومة ومعدنوس والملح والفلفل الأسود والجبن ونكسر عليه البيضة ونخلطها جيدًا ثم نضعه في قالب للفرن ونبسط فيه اللحم المفروم وندخله حتى يطهى ونخرجه ونقطعه مربعات ونسقيه بالمرق الذي حضرناه في الأول ويقدم مزيّنا بالليمون والمعدنوس والجبن.



طجين الزعرور

1 ساعة ل 5 أشخاص.

المقادير:
250 غ لحم خروف، الملح، فلفل أسود، بصل، قرفة، قرنفل، قليل من السمن، كأس ماء الزهر أو ورد، نصف كلغ سكر، نصف كلغ زعرورة، 250 غرام لوز مفروم، كأس سكر، البيض.

التحضير: نضع اللحم في القدر ونضيف إليه الملح وقليلا من السكر، والفلفل والبصل والسمن، والقرفة، والقرنفل، ونتركها تتقلى لمدة 5 دقائق، ثم نمرق بقليل من الزهر، ونتركها تتقلى لمدة 10 دقائق، ثم نمرق بحوالي كأسين من الماء، ونتركها تطهى حتى تنضج، ثم نضيف إليها السكر، ونتركها على نار متوسطة. ومن جهة أخرى نأخذ حبات الزعرورة وننقيها وننظفها جيدا. ثم نحشيها بخليط اللوز والسكر المبلل بالبيض، ثم نرمي حبات الزعرورة المحشية في المرق، ونتركها حتى يعقد المرق وعندها نضيف إليها قليلا من ماء الورد. وتزين حسب الرغبة.



طجين الخردل



1 ساعة ل 5 أشخاص.

المقادير:
نصف كلغ لحم، حبة بصل، ورأس ثوم، فلفل أسود، ملح، قطعة زبدة، نصف كلغ خردل، 3 بيضات، معدنوس، حبة ليمون، قليل من اللحم المرحي.

التحضير: ينظف اللحم ويوضع في القدر ويضاف له الملح، والفلفل والبصل والثوم والزبدة وتترك لتتقلى لمدة 8 دقائق، ثم تمرق بالماء ونتركها للطهي. ومن جهة أخرى نأخذ الخردل ونقشره ثم ننظفه ونضعه في قدر مع الماء والملح، ونتركه ينضج ثم نفرمه مع اللحم ثم نشكله حبات صغيرة ونضعه مع صفار البيض، ونقليه حتى تنتهي الكمية، ونضعها في الصحن، ثم نعود إلى اللحم والمرق بعد الطهي، حيث نضيف له صفار البيض المخلوط مع الليمون والمعدنوس المقطع، ثم نصب المرق في الصحن على حبات الخردل وتقدم مع شرائح الليمون.



طجين المشمش بالمرق الحلو

لـ 5 أشخاص.

المقادير:

400 غ لحم خروف، ملح، فلفل أسود، قرفة، قرنفل، 2 ملاعق زبدة، 250 غ سكر، 400 غ مشمش طازج، ماء زهر، حبة بصل.

التحضير: نقطع اللحم ونضعه في القدر ونفرم البصل ونضيف الملح والفلفل، وعود القرفة والزبدة ونضع ملعقتين من السكر وملعقتين من ماء الزهر ونترك الكل يتقلى لمدة 5 دقائق ثم نمرق بكأسين من الماء ونتركها تطهى لمدة 20 دقيقة ونضيف السكر وننظف المشمش ونرميه كذلك ونترك الكل حتى يعقد ونضيف إليه ملعقتين من ماء الزهر. ويزين حسب الرغبة.



طجين زيتون محشي



لـ 5 أشخاص.

المقادير:

125 غ كفتة، بيضة، معدنوس، بصل مفروم، 3 ملاعق كبيرة زيت، زيتون بدون نواة، طماطم، فلفل أسود، ملح، فلفل حار، قليل من سكر.

التحضير: نغلي الزيتون حتى نتخلص من ملوحته وهذا بإضافة قليل من السكر، ثم نأخذ اللحم (الكفتة) ونضيف لها المعدنوس المفروم والملح والفلفل الأكحل والبيضة ونخلط الكل حتى يمتزج مع بعضه جيدا.

ثم نملأ حبات الزيتون بالخليط (نختار الحبات الكبيرة)، ومن جهة أخرى نضع الزيتون، والزيت، وحبات الطماطم والفلفل الحار والفلفل الأسود، ثم نُقلّي الكل مع إضافة كأس ماء ونترك الكل يطهى على نار هادئة لمدة 52 دقيقة. وتقدم الأكلة مزينة بالمعدنوس.



طجين الزبيب

1 ساعة

لـ 5 أشخاص.

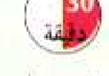
المقادير:

500 غ من اللحم، 500 غ من الزبيب، 2 ملاعق زبدة، ملعقة زيت، بصلة، ملح، فلفل أسود، زعفران، 4 ملاعق سكر، ملعقة عسل، قرفة، قرنفل، 200 غ مشماش جاف.

التحضير: نقطع اللحم إلى قطع صغيرة بعد تنظيفها ونضعه في القدر ثم نضيف الزبدة والبصل المفروم والفلفل والزعفران، وقليلا من الملح والقرفة والقرنفل ونترك الكل يتقلى على نار لمدة 5 د ونغطيها بالماء مع التحريك من وقت إلى آخر حتى يطهى اللحم ونضيف ملعقتين سكر ومن جهة أخرى ننظف الزبيب جيدًا ونتركه يفور حتى يطهى ويوضع في مقلاة ونضيف له السكر والقرفة غبرة وملعقتين من المرقة والعسل ونتركها تتخثر لمدة 8 د ونضيفه إلى المرق حتى يغلي جيدًا و ينظف المشماش ونتركه يطرى في ماء دافئ ونضيفه إلى القدر فنترك الكل يطهى حتى يعقد، ويقدم ساخنًا.



طجين كباب بالكمون



30 دقيقة

لـ 5 أشخاص.

المقادير:

500 غ لحم بقري (هبرة)، ملعقة كسبر، ملعقة معدنوس، حبة بصل، 3 أسنان ثوم، 4 ملاعق زيت، فلفل، ملح، 1/2 ملعقة صغيرة كمون.

التحضير: ننظف اللحم ونقطعه مكعبات صغيرة ثم نفرم البصل والثوم ونضع الزيت في القدر حتى يسخن ونرمي البصل والثوم ونحرك جيدًا ثم نضيف قطع اللحم مع التحريك ثم نضيف الملح والفلفل الأسود و1/2 ملعقة كمون ونتركها لمدة 20د ثم نضيف الكسبر والمعدنوس ونتركها لتطهى لمدة 10د ثم نرفعها من فوق النار ونقدمها مزينة بالمعدنوس.

ملاحظة: يطهى هذا الطجين بدون ماء.



طجين الرخام



لـ 5 أشخاص.

المقادير:

قطع من اللحم أو الدجاج، 5 بيضات، لحم مفروم، حبتا ليمون، معدنوس، فلفل أسود، ملح، 2 ملاعق دقاق فريك، قليل من الفرينة.

التحضير: نأخذ قدر نضع فيه اللحم المقطع والمنظف، ونفرم عليه حبة بصل، ثم نضيف إليه الملح، والفلفل الأسود وملعقة زبدة و نتركه يتقلى لمدة 5 دقائق ثم نمرق بنصف لتر ماء ونتركها تطهى على نار متوسطة ومن جهة أخرى نغلي البيض ويقشر ويترك جانبًا أما اللحم المفروم فنضيف له دقاق الفريك و قليلا من الملح والفلفل الأسود ونغلق حبات البيض باللحم المفروم ثم نقليها في الزيت وتقطع إلى حلقات ثم نضعها في الصحن ونصب عليها المرق وتُزيّن بالمعدنوس.



طجين الجزر المحشي



لـ 5 أشخاص.

المقادير:

رطل جزر 500غ من اللحم غنمي، 250غ لحم مفروم، بيضة، زيتون، كمون، ملح، كروية، فلفل أسود، بصل، ثوم.

التحضير: نضع في طنجرة قطع اللحم ونتبلها بقليل من الملح والفلفل الأسود والكروية ونفرم عليها البصل والثوم ونضيف إليه القليل من الزيت ونتركه يقلى فوق نار هادئة ثم بعد ذلك نمرق بكأس من الماء ونتركه يطهى وأثناء ذلك ننظف الجزر ونخويه من الداخل ثم نحضر الخضر واللحم المفروم ونضيف له الكروية والقليل من الملح والفلفل الأسود وكذلك البيضة بعد ذلك نحشي الجزر باللحم المفروم ثم نضيفه إلى المرق كي يطهى وعند نضجه نضيف إليه الزيتون وبعد 5 دقائق نطفئ النار.

ملاحظة: نغلي الزيتون مع السكر لكي يصبح ذو طعم عادي ويتخلص من المرورة و الملوحة الزائدة.



طجين البرانية بالخبز

45 دقيقة

لـ 5 أشخاص.

المقادير:

500غ لحم خروف، 1 خبز، 4 بيضات، رأس ثوم، 100غ جبن مرحي، 2 ملاعق زيت، ملعقة زبدة، كراوية، ملح، فلفل أسود، قليل من الخل، زيت

التحضير: نضع اللحم في القدر بعد تنظيفه ونرحي عليه الثوم ونضيف إليه الكراوية والملح والفلفل الأسود ونضيف إليه ملعقة ماء وملعقة زبدة وملعقة زيت ونتركها تتقلى على نار متوسطة تطهى مع إضافة 2/1ل ماء وملعقة خل. ومن جهة أخرى نضع الخبز في الماء لمدة 5 دقائق ثم نعصره جيدا ونضعه في إناء ونضيف له الجبن والبيضة وملعقة الخل وباقي التوابل ثم نضع اللحم في قالب الفرن بعد تفتيته ونضيف عجين الخبز ونصب عليها قليلاً من المرق وندخله إلى الفرن حتى يطهى ويقدم قطعًا ونسقيه بباقي المرق.

ملاحظة: نستطيع تحضيرها بالدجاج



طجين التمر



لـ 5 أشخاص.

المقادير:

500غ من لحم الخروف، الزعفران، كركم، ملح، فلفل أسود، 250غ زبيب، 250غ لوز محمص، 250غ تمر، ملعقة كبيرة سمن، زعفران شعرة، حبة بصل، 100غ عسل، قرفة، سكنجبير.

التحضير: نأخذ إناء نضع فيه الزعفران والسكنجبير، ونضيف إليه قليلا من الماء وننقع فيها اللحم ونتركها، ثم نفرم البصل، ونضع السمن في قدر ونضيف البصل ونتركها تذبل ثم نضيف إليها اللحم، والملح، والفلفل الأسود، ونضيف كذلك قليلا من الماء، ونتركها تتقلى لمدة 5 دقائق ثم نمرقها بالماء، ونتركها تطهى ثم نضيف إليها الزبيب والقرفة والزعفران ثم نحشي التمر باللوز المحمص ونضيفه إلى القدر ونصب عليه العسل، وفي الأخير نزين الطبق باللوز.



طجين الكوسة (الجريوات) بالخضر

15 دقيقة

لـ 4 أشخاص.

المقادير:

300غ قطع دجاج، ملح، فلفل أسود، بصلة، ثوم، كأس زيت، 4 حبات طماطم، 1/2 كلغ كوسة (جريوات).

التحضير: ننظف الدجاج ونقطعه ثم نضعه في القدر ونفرم البصل ونضيف إليه الملح والفلفل و3 ملاعق زيت ثم نضعها فوق النار تتقلى لمدة 5 دقائق ثم نمرقها ونتركها لمدة 20 دقيقة كي تطهى. ومن جهة أخرى ننظف (الجيروات) ونقطعها إلى حلقات ثم نملحها ونقليها ثم نفرمها وكذلك ننظف الطماطم ونقطعها إلى مكعبات ثم نأخذ مقلاة فيها 3 ملاعق زيت ونضيف إليها الثوم المفروم والطماطم ونتركها تطهى ثم نضيف إليها الجريوات ثم نتركها تنضج مدة ونصبها بعد ذلك في القدر ثم نتركها 15 دقيقة ثم نقدمها كوجبة كاملة.



طجين اللوز

1 ساعة

لـ 5 أشخاص.

المقادير:

1/2 كلغ زبيب، 1/2 كلغ لحم، 100غ زبدة، قليل من الزعفران، حفنة كبيرة لوز، كأس عسل، ملح، فلفل أسود، بصل.

التحضير: نضع اللحم في القدر بعد تنظيفه ونضيف إليه الملح والبصل المفروم، والفلفل الأسود وملعقة زبدة وملعقة سكر ونتركها تتقلى لمدة 5 دقائق ونمرق بـ 3 كؤوس ماء ونتركها تطهى على نار متوسطة، من جهة أخرى نأخذ الزبيب وننظفه جيدا ونتركه يفور حتى يطهى ويوضع في إناء عميق حتى يبرد ثم نضيف له القرفة والعسل ونخلطه جيدا ثم نرجع للمرق نضيف له السكر حتى يعقد ونرمي اللوز المحمص في الزبدة ويوضع الزبيب في الصحن ونصب عليه اللحم ونقدمه في المناسبات.



طجين حاجب بوعوينة

1 ساعة

لـ 6 أشخاص.

المقادير:

الشباح الصفراء:

100غ لوز، 4 بيضات، 50 غ سكر.

المرق:

1/2 كلغ لحم بقري، 1كلغ برقوق جاف (العين)، حبة بصلة، عود قرفة، ملح، 300غ سكر، 4 حبات قرنفل، ملعقتين من الزبدة، حبات مشمش جاف، 3 ملاعق ماء زهر، 50 غ لوز حب مقشر.

التحضير: تحضير الشباح الصفراء : نرحي اللوز ناعما بعد تقشيره ونضيف السكر ونبلل بصفار بيض ونكون نجمات أو مثلثات ونغمسها في بياض البيض المخفوق ونقليها مرة أولى ثم نغمسها مرة أخرى في بياض البيض ونقليها ونضيفها إلى القدر.

تحضير المرق: ننظف اللحم ونضعه في القدر ونفرم البصل ونضيف إليه الملح والفلفل الأسود وعود قرفة والقرنفل وملعقتين زبدة وماء زهر ونتركها تتقلى لمدة 5 دقائق على نار متوسطة ونضع البرقوق في ماء دافئ حتى تنتفخ ونضيف إليه المشمش المجفف ولما يطهى اللحم نرمي السكر والبرقوق والمشمش ونتركه يطهى ثم نضيف الشباح الصفراء ونتركها تطهى ونضيف ماء الزهر ثم نأخذ اللوز ونحمصه في الزبدة ونصب الطاجين في صحن التقديم ونزينه بحبات اللوز



طجين المشمش بالدجاج

30 دقيقة

لـ ٦ أشخاص.

المقادير:

دجاجة من الحجم الصغير، قليل من الزبدة، ملح، فلفل أسود، زعفران، 150غ من المشمش الجاف، كأس عسل، بصلة، حبات من اللوز، ماء.

التحضير: نأخذ قدرا ونضع فيه زبدة ونضعه فوق النار ونتركها تذوب ونضيف إليه البصلة المفرومة ثم الدجاجة والملح والفلفل الأسود والزعفران وبعد مرور 5 دقائق على التقلي نضيف كأسين من الماء ونتركها تُطهى على نار عادية وبعد مرور 20 دقيقة نضيف إليها المشمش والعسل ونتركها تطهى حتى تعقد وتقدم مزينة باللوز المقلي في الزبدة. وتزين حسب الرغبة.

طجين الخوخ

50 دقيقة

لـ 5 أشخاص.

المقادير:

400 غ لحم، 250 غ لحم مرحي، ملح، سمن، فلفل أكحل، حبات لوز مقشرة، بيضتين، حبتين بصل صغيرة الحجم، قليل من الخبز المرحي، قليل من الفرينة.

التحضير: ننظف اللحم ونقطعه ونضعه في القدر ونفرم عليه البصل ونضيف إليه الملح والفلفل الأكحل والقرفة والسمن ونتركها تتقلى مدة 8 دقائق على نار متوسطة ثم نمرق بـ 4 كؤوس من الماء ونتركها تطهى لمدة 40 دقيقة.

ومن جهة أخرى نضع اللحم المفروم في إناء ونفرم عليه البصل ونضع معه الملح والخبز والسمن وبياض البيضة، ونمزج الكل جيدا ثم نكور المزيج على شكل كويرات ونضع وسط كل كويرة حبة لوز ثم نرمي الكويرات في القدر ونبقيها مدة 5 دقائق ثم نخرجها من المرق ونغمسها واحدة بعد الأخرى في دقيق الفرينة ثم في صفار البيض ثم مرة أخرى نغمسها في الفرينة ونقليها في الزيت الساخن ثم نرجعها إلى المرق مدة 10 دقائق.

وتقدم الأكلة ساخنة مع شرائح الليمون والمعدنوس المقطع.

طجين الخوخ بالمرق الحلو

لـ 5 أشخاص.

المقادير:

500 غ لحم خروف، ملح، فلفل أسود، قرفة، قرنفل، 2 ملاعق زبدة، 300 غ سكر، 1/2 كلغ خوخ طازج، ماء زهر، حبة بصل.

التحضير: ننظف اللحم ونضعه في القدر ونفرم عليه البصل ونضيف إليه القليل من الملح والفلفل الأسود وعود من القرفة وحبات قرنفل والزبدة، ونترك الكل يتقلى على نار هادئة ثم نمرق بكأسين من الماء وعندما تقرب اللحم من الطهي نضيف إليه السكر ونتركه يطهى لمدة 10 دقائق ثم ننظف الخوخ ونقطعه إلى أبراج ونضعه في قدر ونتركه حتى يعقد ونضيف 2 ملاعق ماء زهر ويقدم باردا أو ساخنا والتزيين على حسب الرغبة.

طجين القسطل

1 ساعة

لـعدة أشخاص.

المقادير:

500 غ لحم خروف، قليل من الملح، قليل من الفلفل الأسود، حفنة زبيب، 300 غ قسطل، قليل من الزبدة، زعفران، 300 غ سكر، قرفة، ماء، زهر، بصل.

التحضير: يقشر القسطل ويوضع في الماء ليرطاب ونتركه جانبا ومن جهة أخرى نقطع اللحم ونضيف الزبدة والملح والبصل المفروم والفلفل الأسود، والزعفران والقرفة و1/2 كأس من الماء ونضع الخليط يتقلى لمدة 5د ثم نمرق بـ 1/2 لتر من الماء ونضيف القسطل حتى يطهى اللحم ثم نضيف السكر والزبيب ثم نرش الكل بماء الزهر ونترك الخليط يتخثر.

طجين المدقوقة



44 دقيقة

لـ 5 أشخاص.

المقادير:

300 غ لحم، 500 غ لحم مفروم، 8 بيضات، بصلة، فلفل أسود، ملح، معدنوس، حبة ليمون، ملعقة نشاء، قليل من السمن.

التحضير: نقطع اللحم قطعا صغيرة ونضعه في قدر ونضيف له السمن والتوابل اللازمة مع قليل من الملح ونترك الكل يغلي على نار هادئة. ومن جهة أخرى نسلق حبات البيض في الماء حتى تنضج ونعود إلى اللحم المفروم ونضيف له قليلا من البصل المقطع وكذلك المعدنوس وقليلا من الملح والفلفل الأسود وملعقة النشاء ونخلطه جيدا، ثم نعود إلى البيضات ونقشرها ثم نغلفها بمزيج اللحم المفروم حتى تختفي البيضة تماما، وبعد ذلك نرجعها إلى الصلصة ونتركها تغلي لمدة ربع ساعة لا أكثر. وبعد أن تطهى الكفتة نحضر صحنا ونضع بداخله قطع اللحم ونقسم البيض إلى جزئين ونحيطه بقطع اللحم ثم نزيّنه بقطع الليمون والمعدنوس.

ملاحظة: يمكن أن تقلي كويرات اللحم وتضعيها في الصحن

طجين المعدنوس



30 دقيقة

لـ 5 أشخاص.

المقادير:

250غ من اللحم، ربطة معدنوس، ملح، فلفل، بصل، ثوم، والبيض، ملعقة ونصف خبز مرحي ملعقة زبدة، 2 ملاعق جبن مفروم.

التحضير: نأخذ القدر ونضعه فوق النار ونرمي فيه الزبدة ثم البصل المفروم ونضيف قطع اللحم مقطعا صغيرا ونتركها تتقلى مع إضافة الملح والفلفل، ونضيف إليها كأس ماء كبيرا ونتركها على نار هادئة تطهى. ومن جهة أخرى نأخذ المعدنوس وينظف وينشف ويقطع، ثم نضعه في صحن ونضيف إليه 2 ملاعق جبن ثم يخفق البيض ويضاف مع اللحم والمرق والخبز ونخلط الكل جيدا ثم ندهن قالب فرن غامق ونصب الخليط فيه وندخله لمدة 20 دقيقة حتى يجمد ويطهى ويقدم كوجبة كاملة.





شريحة لحم بالفلفل

25 دقيقة

لـ 5 أشخاص.

المقادير:

250 غ لحم (بقر)، زيت، 4 رؤوس فلفل حلو، بصلة متوسطة، فلفل أسود، ملعقة حمّار، كأس ماء، صلصة طماطم، ملعقة نشاء.

التحضير: نقطع شريحة اللحم بسكين حاد إلى شرائح ونضعها جانبا، ثم نضع الزيت في المقلاة فوق نار متوسطة ونطهي الفلفل والبصل طهيا متوسطا مع التحريك المستمر، ونرفع الفلفل والبصل جانبا ثم ننظف المقلات ونضع فيها قليلا من الزيت ونطهي قطع اللحم مع التقليب حتى تحمر وتلين ثم نضيف لها البصل والفلفل المحضرين ونرشها بالحمّار، ثم نضيف صلصة الطماطم ونستمر في الخليط ونضيف إليها الفلفل الأسود، ونحلل ملعقة النشاء في فنجان ماء ونضيفها إلى الخليط، ونتركها تغلي مدة 10 دقائق. وتقدم ساخنة مزينة بالمعدنوس المقطع.



شرائح اللحم بالخردل

15 دقيقة

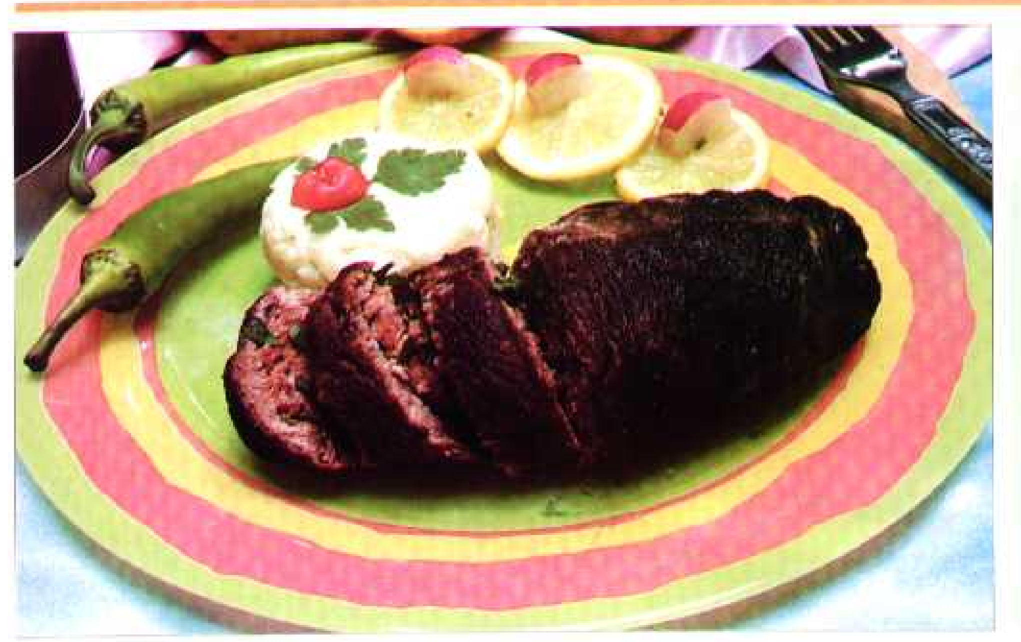
1 ساعة

لـ5 أشخاص.

المقادير:

نصف كلغ لحم شرائح، نصف كلغ خردل، 8 حبات قُرنون، حبة ليمون، ربطة معدنوس، 2 صفار البيض، 4 ملاعق قشدة طرية (كريم فراش)، نصف ملعقة كبيرة نشاء، قطعة زبدة متوسطة (80 غ)، ملح، فلفل أسود.

التحضير: يسخن الفرن على مقدار 20 درجة. نقلي قطع اللحم في زيت ساخن. ويقشر الخردل ويقطع إلى دوائر ويوضع في قدر ونضيف إليه 50 غ زبدة والملح والفلفل ونصب فيه قليلا من الماء ونتركه على نار هادئة لمدة 45 دقيقة. ثم يملح الخردل ويرش بالفلفل الأسود ويدهن بالزبدة ويوضع في صينية الفرن مع قطعة من الزبدة وتدخل إلى الفرن مدة 50 دقيقة حتى ينضج ثم يترك حتى يبرد لمدة 8 دقائق. ومن جهة أخرى نضع القرنون في قدر مع الماء والليمون والملح حتى يطهى لمدة 10 دقائق ثم نرحي الخردل، ونضيف له النشاء والكريم وصفار البيض، ونخلط الجميع مع بعض حتى نكوّن خليطا. ونضع الخليط فوق نار هادئة مع التحريك المستمر ثم ينزع من فوق النار ونملأ حبات القرنون بخليط الخردل ونضع بجانب القرنون شرائح اللحم مزينة بريشات المعدنوس.



لحم ملفوف في الفرن

1 ساعة ل 5 أشخاص.

المقادير:
قطعة لحم (شريحة)، 100 غ لحم مرحي، نصف ملعقة كبيرة ملح، نصف ملعقة صغيرة فلفل أسود، بيضة، حبة بصل، قطعة زبدة، رأس حار، نصف ملعقة طماطم، زيت، معدنوس، كسبر، ثوم.

التحضير: نأخذ اللحم المفروم ونضعه في إناء ونفرم عليه البصل والثوم ورأس الفلفل الحار، ونضيف إليه الملح والطماطم والفلفل الأكحل، والبيضة والمعدنوس المقطع والكسبر المقطع ونمزج الخليط جيدا مع الزبدة، ونضع هذا المزيج في شريحة اللحم ونكورها عليه جيدا (نلفها عليه) ثم نمسكها بخيط حتى لا تنفتح ثم نضعها في الصينية ونصب فوقها الزيت ونضعها في الفرن على نار قوية مع التقليب المستمر حتى تطهى وتحمر وبعد ذلك نخرجها من الفرن وتقطع الى الشرائح. وتقدم ساخنة.



لحم العجل مع الدجاج

30 دقيقة 1 ساعة ل 5 أشخاص.

المقادير:
1 كلغ عجل من الكتف، قطعة لحم دجاج من الصدر، حبتين بصل، نصف علبة طماطم مصبرة، ربطة كسبر، 3 ملاعق زيت، 30 غ زبدة، ملح، فلفل أسود.

التحضير: نأخذ قطعة اللحم ونشرحها بالسكين حتى تصبح شريحة كبيرة ونضع في داخلها قطعة لحم الدجاج ونبرمها ونربطها بالخيط ونضعها في قدر مع الزيت والزبدة حتى تحمر على نار متوسطة.
ثم نضيف الصلصة إلى البصل المفروم وقطعة الدجاج الباقية وعند احمرار لحم العجل المعبات بلحم الدجاج نضيف لها البصل وباقي الدجاج ثم نقطع الكسبر والملح والفلفل وتترك لتطهى لمدة 5 دقائق، ثم نمرقها بقليل من الماء الدافئ حتى تتغطى قطعة اللحم ونتركها تطهى مدة ساعة كاملة و 20 دقيقة ثم نمرقها من حين لآخر مع التحريك وعندما تجف الطماطم نضيف لها قليلا من الماء الدافئ حتى تعقد. وعندما يطهى اللحم جيدا يقطع الى دوائر. وتقدم في صحن مزينة بباقي الطماطم.



قطعة لحم محمرة في القدر

1 ساعة — لـ 5 أشخاص.

المقادير:

قطعة لحم مناسبة، ملح، فلفل أسود، بصلة، فصوص ثوم، قليل من الزبدة، قليل من الجزر .

التحضير: نرش قطعة اللّحم بالملح والفلفل الأسود والثوم المفروم. ثم نربط قطعة اللحم بالخيط ونضعها في القدر حيث تُحمّر من جميع الجوانب وبعدها نضيف قطع الجزر والبصل والزبدة ونخلطها ثم نمرق بنصف لتر ماء ونتركها لتطهى مدة معينة حوالي ساعة كاملة أو تزيد حتى تشرب كل الماء وعندما تطهى قطعة اللحم تقطع إلى شرائح وتقدم مزينة بقطع الليمون.

ملاحظة: يمكن طهي قطعة اللّحم بالزيت فقط دون ماء ولا بصل ولا جزر.



قالب لحم مرحي في الفرن

20 دقيقة — لـ 6 أشخاص.

المقادير:

250 غ لحم مرحي (مفروم)، قليل من الملح، فلفل أكحل، معدنوس مقطع، بصل، قليل من الزّبدة أو قليل من الزيت، 3 بيضات .

الكيفيّة والتحضير: نأخذ اللّحم المرحي زائد الملح والفلفل والمعدنوس والبيضة والبصل ونخلط الكل جيداً.

ثم نأخذ القالب فندهنه بقليل من الزبدة ونصبُ فيه الخليط ثم نرشه بقليل من الزيت وندخله إلى الفرن ونتركه حتى ينضج ثم نكسر فوقه بيضتين دون خلطهما ونتركهما حتى تجمدان وعندها نخرج القالب من الفرن.

يقدّم بارداً أو ساخناً.



صدر الخروف محشي



ل 5 أشخاص.

المقادير:

قطعة لحم من الصدر (صفاقات)، ملح، بصلة، 250 غ لحم مفروم، معدنوس، كسبر، بيضة، زيت، ماء، حبتين جزر، حبتين بصل.

التحضير: نأخذ قطعة اللّحم وننزع منه العظم ونُكّون بها جيباً.

ومن جهة أخرى نأخذ البصل فنقطعه ثم يُحمر في الزيت، ثم نضيف له اللّحم المفروم والمعدنوس والكسبر والملح والفلفل ونترك الكل حتى يطهى. وبعدها نضيف البيضة، ونأخذ هذا الخليط ونحشي به جيب اللحم ثم نخيط الفتحة بالخيط جيداً. ثم نأخذ صينية فندهنها بالزيت ونفرشها بشرائح الجزر والبصل ونضع قطعة اللّحم، ثم ندخل الصينية إلى الفرن لمدة 15 دقيقة.

وعندما تُحمر نضيف لها نصف 1/2 لتر ماء ونملحها ونغطيها بغطاء ونتركها في الفرن ونكمل الطهي لمدة ساعتين وعندما نخرجها تقطع إلى شرائح متوسطة ونسقيها بمرقها وتقدم مزينة بالقرنون المحشو بالسبانخ (السلق) المغلي، مع حبات بطاطا صغيرة الحجم والمقلية.

ملاحظـة: يمكن استعمال قطعة اللحم بدون جزر أو بصل أي بالزيت فقط.

كفتاجي





ل 5 أشخاص.

المقادير:

(2) حبتان بطاطا، 200 غ لحم، مخ خروف، 100 غ جبن مربعات، 50 غ جبن مرحي، ملعقة ونصف فرينة، معدنوس مقطع، 4 بيضات، بيضة مسلوقة، ملح، فلفل أكحل، ماء، زيت.



التحضير: نقطع اللّحم إلى مكعبات ونقليها، ثم نقطع البطاطا إلى مكعبات ونقليها مع الملح والفلفل الأكحل، ثم نقطع الجبن والبيض المسلوق إلى مربعات ونخلط الكل مع بعض، وبعدها نأخذ القالب وندهنه بالزبدة ونصب فيه الخليط، ومن جهة أخرى نخفق البيض مع الفرينة والمعدنوس المقطع ونصب هذا المزيج فوق الخليط الأول الموجود في القالب وبعدها ندخله إلى الفرن حتى يجمد ونرش عليه الجبن المفروم ونتركه ليطهى وتقدم الأكلة ساخنة.



اسكلوب بصوص الليمون

لـ 4 أشخاص.

المقادير:

شرائح لحم حسب الرغبة، زيت، قليل من الليمون، قليل من الفرينة، قليل من الخضر مثل فلفل حلو أحمر أو أخضر، ملح، فلفل أسود، قليل من الريحان قليل من الجريوات (الكوسة)، جزر مغلي، بصل، ثوم مقطعة.

التحضير: نأخذ شرائح اللّحم وتُملح وتُرش بالفلفل الأسود ونغمسها في الفرينة ونقليها في قليل من الزيت (3 ملاعق) حتى يحمر اللّحم وعندها نضيف 3 ملاعق عصير ليمون ونضيف الملح والرّيحان وتصب في صحن . ومن جهة أخرى نأخذ الخضر فنقطعها ونتركها جانبا ثم نأخذ مقلاة ونصب قليلا من الزيت ونقطع فيه البصل ونتركه يتقلّى حتى يذبل وعندها نضيف معه جميع الخضر المقطعة ونرشها بالملح والفلفل الأسود ونتركها تطهى مدة 10 دقائق ثم نرفعها ونضيف الخضر إلى صحن اللّحم مع عصير اللّيمون (صلصة الليمون). وتقدم مزينة بالليمون.



المثوم

35 دقيقة لـ 5 أشخاص.

المقادير:

1 كلغ لحم خروف، 3 رؤوس ثوم، ملعقة ملح، 4 ملاعق سمن، ملعقة صغيرة قرفة، حبة بصل.

التحضير: ننظف اللحم ونقطعه ونضعه في القدر ونضيف له البصل والثوم المفروم، والملح والفلفل وكأسين من الماء ونتركهم ينضجون نصف النضج.

ثم نأخذ باقي الثوم ونهرسها مع الملح ونضيف لها السمن والفلفل الأكحل وندلك بهذا الخليط اللحم جيدًا ونتركها ترتاح مدة 5 دقائق ثم نضعها في كسكاس ونفورها فيه حتى تطهى وتقدم الأكلة ساخنة.



لمجات عجينة الملفاي

لـ 5 أشخاص.

المقادير:

1/2 نصف كلغ فرينة ، 325 غ زبدة، ملح، ماء.

لوازم الحشوة:

200 غ لحم مرحي (مفروم)، بيضة، قليل من الزيت، بصلة، معدنوس، فلفل أسود، حبّة طماطم مقطعة، قليل من الزيت.

تحضير العجينة: تغربل الفرينة وتوضع في إناء ونضيف لها الملح ونبللها بالماء ونكوّن منها عجينة متماسكة، ثم بعد ذلك نبسط العجينة فوق سطح مائدة بعد أن نفرشها بالفرينة حتى لا تلتصق فيها، ثم نستعمل عود الرشتة لبسطها جيّداً وجعلها مستطيلة الشكل، نأخذ الزبدة وندهن بها سطح العجينة المبسوطة ثم نطويها بالعرض من الجهتين ونتركها ترتاح مدة 5 دقائق ثم نبسطها مرة أخرى، ونقوم بنفس العملية ثلاث مرات حتى نتحصل على عجينة رقيقة متشرّبة بالزبدة جيدًا وفي كل مرة نتركها ترتاح داخل الثلاجة. وفي الأخير تبسط جيّداً وتقطع إلى مثلثات وتترك جانباً.

ومن جهة أخرى نقوم بفرم البصل والثوم ونضعهما في إناء ونضيف لهما الزيت، وعندما يذبلان نضيف لهما الطماطم المقطعة قطعا رقيقة والفلفل والملح واللّحم المفروم.

ثم نأخذ مثلثات العجين، ونضع فوق كل قطعة كميّة من الخليط ونطوي فوقها العجين وندهنها بالبيض وندخلها في فرن مرتفع الحرارة مدة 30 دقيقة.



خبزة المعدنوس

10 دقائق — لـ 5 أشخاص.

المقادير:

1/2 كلغ لحم مفروم، 4 بيضات، ربطة معدنوس، حبات بصل، كمية سمن، ملح، فلفل أسود، ثوم، بيضة، كمية جبن.

التحضير: نقشر البصل ونقطعه، ثم نفرم الثوم ونخلطه معه.

من جهة أخرى نسخن الزيت ونضع فيه الخليط ونتركه فوق النار حتى يحمر فنضيف إليه الملح والفلفل ثم اللّحم المفروم والمعدنوس المقطّع ونتركهم حتى يطهوا مدة 10 دقائق.

ثم نأخذ صينية الفرن وندهنها بقليل من الزيت ونصب فيها الخليط، ثم نخفق البيض جيّداً ونصبه فوق الخليط وندخلها الفرن ونتركها حتى يتجمد البيض ثم نخرجها ونفرم عليها الجبن.

وتقدم الأكلة ساخنة.



الطبيخ أو طاجين بونارين

5 دقائق — لـ 5 أشخاص.

المقادير:

نصف كلغ لحم بقر، زبدة، بصل، فلفل أكحل، قرفة، زعفران، كأس عسل، 3 ملاعق نشاء، لوز للتزيين، ماء زهر.

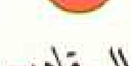
التحضير: ينظف اللّحم ويقطع ويوضع في قدر، ونفرم عليه البصل ونصب فيه الزبدة وماء الزهر، والملح، والفلفل الأسود، ونترك الكل يتقلّى مدة 3 دقائق ثم نمرق بكأسين آخرين ماء ونتركها حتى تغلي ثم نضيف القرفة والزعفران، ونتركه حتى يطهى اللحم.

ثم نأخذ القدر فنصفي اللّحم من المرق ثم نأخذ كأس عسل وكأسين مرق و3 ملاعق نشاء ونضعهم فوق نار هادئة مع التحريك المستمر حتى يتجمد ثم نصبه في أكواب ونزين الطبق بحبات لوز أو باللوز المدشش.

ملاحظة: الطبيخ هو ما يوجد في الأكواب فقط أما اللّحم فيؤكل وحده.

أرنب في الفرن





لـ 5 أشخاص.

المقادير:

أرنب متوسط، رأس ثوم، حبة بصل، ملح، فلفل أسود، نصف علبة زبدة، رأس فلفل حار، زيت.

التحضير: ننظف الأرنب بعد سلخه وندلكه بالملح ونتركه جانبا لمدة 10 دقائق ثم نفرم البصل والثوم ونض
لهما الزبدة الذائبة والملح والفلفل ونمزج الخليط جيدا، ثم تدهن الأرنب من جميع جوانبه ثم نضعه في صينية ا
ونصب عليه الزيت وندخله في الفرن ونبقيه مدة ساعة مع التقليب المستمر. وتقدم الأكلة حسب الرغبة ساخ
باردة.

دجاج محمّر في الفرن





لـ 5 أشخاص.

المقادير:

دجاجة متوسطة، نصف علبة زبدة، حبتين بصل، رأس ثوم، ملعقة كبيرة ملح، نصف ملعقة كبيرة فلفل أسود، حبة طماطم، قليل من المعدنوس، رأس فلفل حار.

التحضير: ننظف الدجاجة وندلكها بالملح، ونتركها ترتاح مدة 10 دقائق ومن جهة أخرى نأخذ قلب الد
وكبدها، (مقنازتها) ونقطعها قطعا صغيرة ثم نقطع معها البصل والثوم والمعدنوس ورأس الحار وحبات الطماطم وال
ونضيف إليها الفلفل الأكحل والزبدة مذابة ونخلط هذه المواد جيدا ثم نحشي بها الدجاجة ونخيطها جيدا با
والخيط ثم نفرم باقي البصل والثوم ونصب عليها الزبدة الباقية ونضيف لها الملح والفلفل وندهن بهذا الخليط الد
من الخارج، ثم نربط الدجاجة بخيط ونضعها في صينية ونصب عليها الزيت ونضع الصينية في الفرن ولا ب
تكون النار قوية ونتركها مدة 50 دقيقة. وتقدم ساخنة أو باردة حسب الرغبة.

ملاحظة: يمكن أن نضع الدجاجة في الدوّار urne Broche



دجاج مقلي



لـ 5 أشخاص.

المقادير:

قطع من لحم الدجاج، قليل من الفرينة، خبز مرحي، بيضتين معدنوس، ملح، فلفل أسود.

التحضير: نأخذ قطع لحم الدجاج والأفضل أن تكون من الصدر والأفخاذ وننظفها وندلكها بالملح جيدا ، ثم نغمس اللحم في الفرينة ثم نخفق البيض ونضيف له الملح والفلفل ونغمسه في هذا الخليط ونغمسه ثانية في الخبز المرحي، ثم نقلي اللحم في الزيت حتى يطهى جيدا ويحمر على نار هادئة.

وتقدم الأكلة ساخنة.



دجاج محمر في القدر



لـ 5 أشخاص.

المقادير:

دجاجة متوسطة، كأسين زيت، حبة بصل، رأس ثوم، نصف علبة زبدة، ملح، فلفل أكحل، كسبر.

التحضير: نفرم البصل والثوم معا ونضيف لهما الزبدة والملح والفلفل وندهن الدجاجة جيدا ثم نربطها بالخيط ونضعها في القدر ونصب فوقها الزيت ونتركها فوق النار حتى تحمرّ من كل الجوانب ثم نصب فوقها حوالي لتر ماء، وندعها فوق نار متوسطة حتى تنضج (حتى يجف كل الماء ويبقى الزيت فقط في القدر). فتتحمر فيه مدة 10 دقائق مع تقليبها.

تقدم مع صلصة الطماطم. تقدم ساخنة ومزينة بالكسبر.



دجاج بالمايونيز



لـ 5 أشخاص.

المقادير:

دجاجة، حبة بصل كبيرة، نصف كلغ بطاطا، كوب مايونيز، ملعقتان كبيرتان حليب، ملح، قرفة، معدنوس.

التحضير: نضع الدجاجة بعد غسلها جيدا جيدا في قدر على أن يكون الصدر نحو قاع القدر ونضع معها البصل المفروم، والقرفة والماء، ونتركها فوق النار الى أن تطهى الدجاجة.

وبعد أن تطهى الدجاجة ننزعها من القدر ونضعها في صحن عميق وندخلها إلى الثلاجة لمدة 15 دقيقة حتى تبرد بحيث يمكن مسكها بسهولة. نسلق البطاطا ثم نصفيها من الماء في وعاء كبير.

نخلط المايونيز والحليب ثم نقطع البطاطا إلى أرباع ونضيفها إلى هذا الخليط وهذا كله في وعاء ثم نضع الوعاء في مكان بارد. عندما تبرد الدجاجة ننزع الجلد منها والعظام ونقطعها إلى قطع كبيرة ثم نضيف قطع الدجاج إلى الخليط (المايونيز والحليب والبطاطا). نرش الخليط الجديد بالملح حسب الذوق وقليل من التوابل. نخلط جميع المقادير بلطف حتى تتغطى تماما بالمايونيز. وتزين بالمعدنوس.



صدر الدّجاج محشي بالبطاطا



لعدة أشخاص

المقادير:

صدر الدّجاج، بطاطا مطهية ومرحية، جزر مطهي ومقطع، بازلاء (جلبانة) مطهية، بيضة، حبّة ليمون، قليل من السمن، ملح، فلفل، بصل، حبّة طماطم كبيرة، معدنوس.

الكيفيّة والتحضير: نخلط البطاطا مع الخضر ومعهما البيضة، ثم نأخذ قطع الدجاج وندلكها بالملح والفلفل والبصل ثم نحشيها بخليط البطاطا ونلف كل قطعة ونضعها في قالب الفرن ونصب عليها قليلا من الزيت وندخلها إلى الفرن لتطهى نصف طهي ثم نضيف لها الطماطم المقطعة ونتركها تنضج.

وتقدم مزينة بالمعدنوس وصلصة الطماطم والليمون.

دجاج مفروم مقلي



لعدة أشخاص

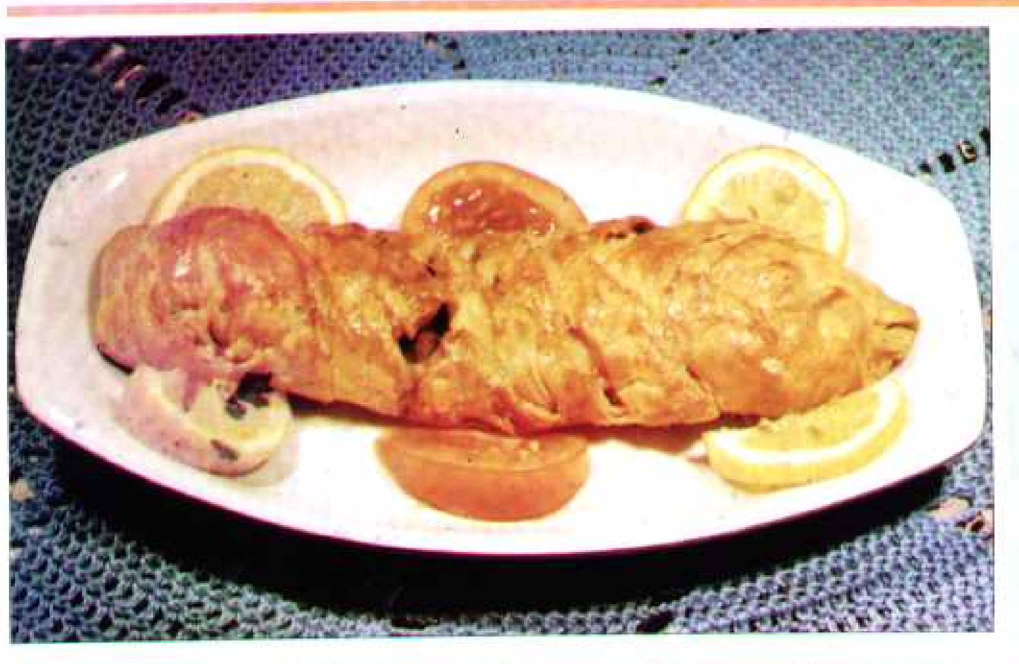
المقادير:

دجاجة متوسطة، 4 ملاعق فرينة، بيضتين، كميّة من الخبز المرحي، ملح، فلفل أسود، كميّة من الحليب، 3 ملاعق سمن أو زيت.

الكيفية والتحضير: نضع الدجاجة بعد تنظيفها في قدر مع الملح والفلفل ونتركها حتى تنضج مدة نصف ساعة، ثم ننزع منها العظام ونفرمها ونأخذ اللّحم المفروم فنضيف له الحليب والبيض ونمزج الكلّ جيّداً ثم نجعل اللحم المفروم كويرات مستطيلة ونغمسها في الفرينة والخبز المرحي ثم نقليها في الزيت حتى تنتهي كل الكميّة.

تزين هذه الأكلة بسلطة الخس.

سيليزون ملفاي بوشى





لـ 5 أشخاص.

المقادير:

1 كلغ فرينة، 1/2 كلغ زبدة جامدة، ملح، ماء.

الحشوة: بطاطا مرحية، قطع لحم دجاج (الصدر)، ملح، فلفل أكحل، جبن، زيتون، بيضة.

التحضير: نضع الفرينة في إناء ونضيف إليها الملح ونبللها بالماء ونخلطها حتى تتكوّن لنا عجينة، فنقوم ببسطها بعود الرشتة ونجعلها على شكل مستطيل ثم نضع فيها الزبدة ونقلب العجين بالعرض ونتركها ترتاح في الثلاجة 10 دقائق ثم نخرجها ونبسطها مرة ثانية ونطويها مرة أخرى وهكذا، ونستمر في هذه العملية ثلاث مرات حتى يشرب العجين كل الزبدة ثم نعيدها للثلاجة مدة 10 دقائق فنخرجها ونبسطها للمرة الأخيرة.

الحشوة: نخلط البطاطا المرحية مع قطع صدر الدجاج المطهي والملح والفلفل الأسود والجبن والزيتون ثم نكوّن مستطيل من العجين فنقطعه على الجوانب خطوطا بالسكّين ونحشوه بخليط البطاطا ونظفر الخطوط المقطعة على شكل ظفارة وندهنها بالبيض وندخلها الفرن متوسط الحرارة لمدة 25 دقيقة لتطهى. وتقدم كلمجات.



قطع دجاج بالطماطم في الفرن



لعدة أشخاص

المقادير:

حوالي أربع قطع دجاج، ملح، فلفل أسود، قليل من عصير الليمون، 4 حبات طماطم، قليل من السمن.

الكيفية والتحضير: تنظف قطع الدجاج وترش بالملح والفلفل وعصير الليمون ثم توضع في قالب الفرن وتسقى بالسمن ثم تدخل الفرن لتطهى مدة 20 دقيقة.

بعد هذه المدة نضيف لها الطماطم المقطعة إلى مكعبات ونرشها بالملح وفي الأخير نعيده إلى الفرن حوالي 10 دقائق.

وتقدم مع الأرز أو المعكرونة.



كباب بالدجاج



لـ 5 أشخاص.

المقادير:

4 قطع صدر دجاج، بدون جلد ولا عظم، عصير ومبشور ليمونة، عصير ومبشور برتقالة، 4 ملاعق كبيرة زيت زيتونة، ملح، فلفل أكحل حسب الرغبة، كوب حليب رايب، ملعقة كبيرة خل أبيض، معدنوس، شرائح ليمون للزينة.

التحضير: نقطع صدور الدجاج إلى مكعبات صغيرة ثم نضعها في إناء عميق، وبعد ذلك نخلط عصير الليمون وعصير البرتقال في إناء آخر عميق ثم نضيف له مبشور الليمون والبرتقال والزيت ونتبل الخليط بالملح والفلفل الأكحل ثم نصب صلصة التتبيل على قطع الدجاج حتى تغطيها جيدا ثم نضع الإناء في الثلاجة ونتركه لمدة 4 ساعات على الأقل. وبعد ذلك نصفف قطع الدجاج المتبلة في أعواد الشواء من حديد ثم نشويها تحت لهب ونار الشواية لمدة ربع ساعة مع تقليبها مرة واحدة حتى تصبح بلون ذهبي داكن وتطهى تماما. وفي هذه الأثناء نفرم المعدنوس ونضعه في الخلاط الكهربائي مع الحليب الرايب وملعقة كبيرة من الخل الأبيض ونتبله بالملح ونخلط الجميع جيدا.

ونقدم كباب الدجاج مع سلطة الحليب الرايب ويزين بشرائح الليمون.



قطع صدر الدجاج في الفرن

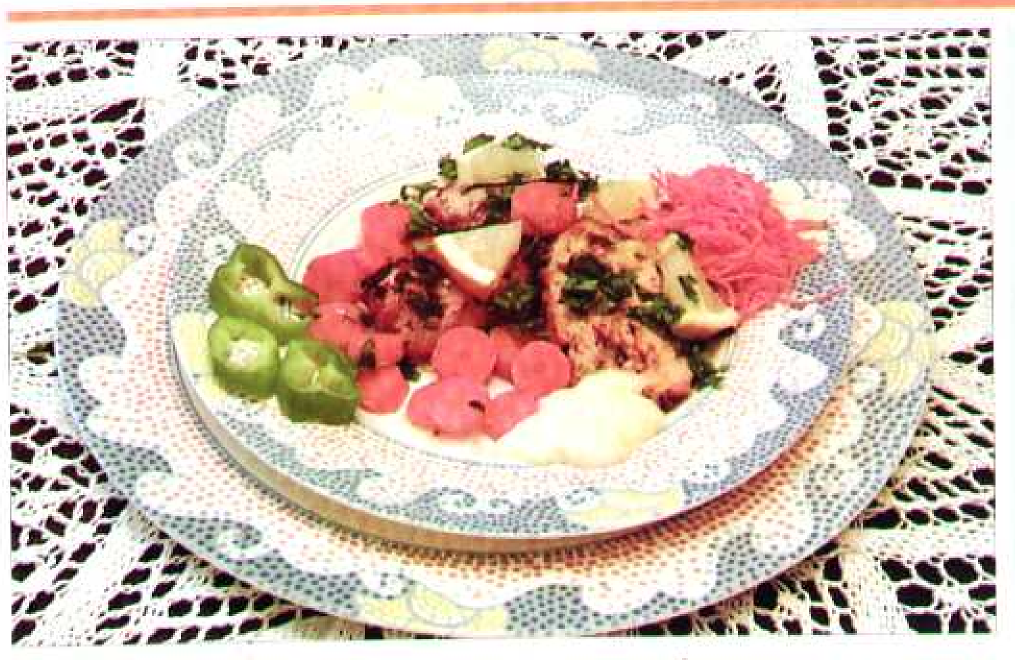
لعدة أشخاص

المقادير:

بطاطا مرحية، جزر، بازلاء (جلبانة) مغلية، ملح، فلفل، بيضة، حبة ليمون، قليل من الطماطم مقطعة مكعبات، بصل، قطع صدر الدجاج، قليل من الزبدة.

التحضير: نأخذ البطاطا مع البيضة ونعجنها مع الملح والفلفل وقليل من عصير الليمون ونخلط الكل جيداً ثم نضيف الخضر المغلية.

ومن جهة أخرى نأخذ قطع الصدر وندعكها بالبصل والفلفل والملح، ثم نحشوها بالبطاطا ثم نبرمها قطعة قطعة، وتوضع في صينية ونصب عليها قطع الطماطم ثم ندخلها إلى الفرن، وعندما تطهى توضع في صحن ونصب فوقها صلصة الطماطم.



دجاج مقلي بالليمون

40 دقيقة

لـ 6 أشخاص.

المقادير:

قطع دجاج، ملح، زبدة (قطعة صغيرة)، فلفل أسود، قليل من عصير الليمون، قليل من الفرينة، قليل من الزيت، معدنوس، قليل من النعناع، حبة ليمون.

التحضير: نأخذ قطع الدجاج، ونملحها ونرشها بالفلفل الأسود وعصير الّليمون، وقليل من الزيت، ثم بالمعدنوس المقطّع، وبعدها تترك لترتاح مدة ساعة.

ثم نأخذ مقلاة ونضع فيها الزبدة ونتركها تغلي ثم نأخذ قطع الدجاج ونغمسها في الفرينة ونقليها في الزبدة وتكون العملية مستمرة قطعة بعد قطعة حتى تنتهي كل قطع الدجاج.

وتقدم القطع المقلية مع شرائح ليمون، والمعدنوس المقطع، وقطع من الجزر.



صدر السمك بالمايونيز

20 دقيقة لـ 5 أشخاص.

المقادير:

8 قطع من صدر السمك (سمكة كبيرة)، 1/2 كلغ جمبري مقشر، قليل من الزيت، فلفل أسود، ملح، 3 ملاعق مايونيز.

مقادير المايونيز: 3 ملاعق زيت، 100 غ زبدة، عصير حبّة ليمون ، 2 ملعقتان كريم فريش، قليل من المعدنوس، بصل أخضر، ونفرم الكل في خلاطة كهربائية.

التحضير: نقطع صدر السمك ونملحه ويرش بالفلفل الأسود كما نملح الجمبري المقشر ونضعه في وسط صدر السمكة ثم نلف السمكة جيدا ونقليها في الزيت الساخن ثم ننهي جميع السمك (كل القطع). وأخيرا نضعها في صحن واسع ونصب عليها المايونيز، وتزين بالمعدنوس.



سمكة كبيرة محمرة في الفرن



30 دقيقة لعدة أشخاص.

المقادير:

سمكة كبيرة، 1/2 كلغ طماطم، ملح، ثوم، بصل، رند، كمون، قطع ليمون، معدنوس مقطع، كسبر مقطع.

التحضير: نأخذ السمكة وننظفها جيدًا ونملّحها ونرشّها بالفلفل الأكحل والكمون والليمون ثم نضعها في صينية ونصب عليها الزيت وندخلها إلى الفرن لمدة 20 دقيقة.

من جهة أخرى نقوم بفرم البصل والثوم، ونقطع الطماطم إلى قطع صغيرة ونخلط الكل مع بعض ثم نضيف للخليط قليلا من الزيت ونضعه في المقلاة ليتقلّى مع إضافة المعدنوس المقطع والكسبر والملح والكمون والفلفل الأكحل ونتركها تطهى في المقلاة حتى تتلذذ.

نخرج السمكة من الفرن ونضعها في صحن ثم نصبّ فوقها الطماطم والتوابل الأخرى. وتقدم ساخنة مزينة بالكسبر والمعدنوس والليمون.



لسان الخروف



لعدة أشخاص.

المقادير:

لسان خروف، بصلة، 3 ملاعق زيت، 3 حبات جزر، ربطة كراث (بورو)، 3 حبات طماطم، فلفل حار، رأسين فلفل حلو.

التحضير: ينظف اللسان جيّداً بالماء البارد والملح والخل، ثم يوضع في القدر مع حبات الفلفل وحبات الجزر ونضيف له الملح، ثم نضع القدر فوق النار مع كمية ماء ونتركه ليطهى ثم يرفع من فوق النار. ثم نأخذ اللسان وننزع منه القشرة ونقطعه إلى حلقات ونضعه في قالب فرن مدهون بالزيت أو الزبدة. ونقطع حبات الطماطم، والفلفل الحلو إلى حلقات ثم نفرشهما فوق اللسان مع إضافة 3 ملاعق زيت ثم ندخل القالب إلى الفرن مدة 10 دقائق. وتقدم الأكلة مع السلطة.



رأس في الفرن

30 دقيقة — 1 ساعة — لـ 5 أشخاص.

المقادير:

رأس خروف متوسط، 3 رؤوس ثوم، حبة بصل، نصف علبة زبدة، ملعقة كبيرة ملح، ملعقة صغيرة فلفل أكحل، زيت، جزر، ملعقة صغيرة فلفل أسود، حبة بصل.

التحضير: نسلخ الرأس وننظفه، ونقطعه إلى نصفين بالطول، وندلكه من الخارج بالملح ونتركه جانبا، ثم نفرم البصل والثوم ونضعها في إناء ونضيف لها الزبدة المذابة والملح والفلفل الأكحل وندهن الرأس من الداخل بهذا الخليط، حتى المخ ونضع الرأس في الصينية أو في الدوار Tourne Broche ونصب عليه الزيت إذا وضعناه في الصينية وندخله إلى الفرن ليطهى على نار قوية حتى يحمرّ وينضج جيدا لمدة ساعة و نصف. مع إضافة كأس ماء، وحبة بصل، وثوم، والجزر والرند وحبات من الفلفل. ويقدم ساخنا.



فخذ لحم في الفرن




المقادير:
فخذ لحم صغير، بصل، ثوم، ملح، معدنوس، كسبر، جوزة الطيب، فلفل أسود سكنجبير، الحمّار، زبدة، حبة قارص (ليمون)، زيت، ملعقة هريسة.

التحضير: نفرم البصل والثوم في صحن ونضيف إليه الملح والفلفل الأسود والزبدة الذائبة وجوزة الطيب والسكنجبير، والحمّار، وعصير حبة الليمون والهريسة، ومن جهة أخرى نأخذ الفخذ ونبضعه بالسكين على كل الجوانب وننقعه في الخليط مع الدهن الجيد ثم نترك الفخذ في الخليط لمدة 1/2 ساعة وبعد ذلك نضع المقلاة المملوءة بالزيت فوق النار ونضع فيها الفخذ المنقوع يحمّر على نار هادئة حتى يحمار ونصب في صينية الفرن الخليط ونضع فيها الفخذ ونتركه يطهى لمدة ساعة ونصف.



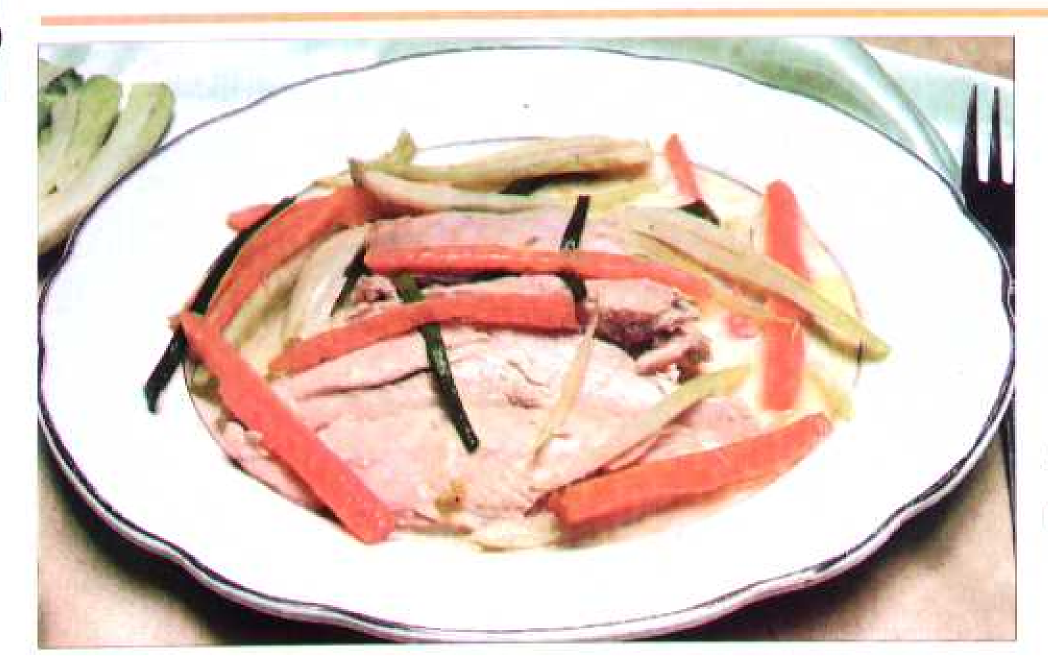
ذيل الخروف مشوي (ليّة)

30 دقيقة ـ لـ 4 أشخاص.

المقادير:
ذيل (ليّة) خروف، ملح، فلفل أسود، قليل من الخبز اليابس مرحي، بصلة، قليل من الزيت.

التحضير: نأخذ ليّة الخروف ونضعها في قدر مع الملح والفلفل والبصل المفروم ونصب فوقها الزيت ونضعها فوق النار مدة 15 دقيقة مع إضافة كأسين ماء ونتركها لتطهى لمدة 15 دقيقة أخرى، ثم بعد ذلك نغمس اللّية في دقيق الخبز ونشويها على نار هادئة.

وتقدم اللّية مع البطاطا المفرومة وعصير الليمون.



دجاج بالقشطة (كريم فريش)



لـ 5 أشخاص.

المقادير:

نصف دجاجة، حبتين جزر، بيضة، حبتين بسباس، حبتين كراث (بورو)، 1/2 كأس قشطة، حبّة ليمون، زبدة، ملح، فلفل أسود، ثوم.

التحضير: ينظف الدجاج ويقطع ويوضع في القدر ونفرم عليه الثوم ونضيف إليه الملح والفلفل الأسود والزبدة، ثم نقليه فوق نار هادئة (يتقلى فقط) لمدة 5 دقائق، ثم نمرق بالماء حوالي كأسين، ثم نترك اللّحم لتطهى لمدة 20 دقيقة ثم نأخذ الخضر فننظفها ونقطعها إلى مستطيلات صغيرة ورقيقة وبعدها تُقلى في الزيت أو الزبدة وهي أفضل حتى تذبل. ومن جهة أخرى نأخذ صفار البيضة ونخلطه مع القشطة وعصير الليمون وقليل من المرق، ثم في النهاية نضع قطع الدّجاج في صحن وفوقها الخضر ثم نسكب عليها خليط القشطة.

قلب محشي بالكاشير



لعدة أشخاص

المقادير:

قلب، 50غ زبدة، 2 حبات بصل، 1 جزر، كأس ماء، زعتر، كاشير، معدنوس، كرافس، ملح، فلفل أسود.
للحشو: 125غ كشير، معدنوس، ملح، فلفل أسود، رند، زعتر.

التحضير: نفتح القلب من الوريد فننظفه من الدم ونحشيه بالكاشير والمعدنوس والملح والفلفل الأسود بعد حشو القلب ونخيطه ثم نسخن الزبدة في صينية الفرن ونضع القلب على نار متوسطة ونضيف إليه البصل والجزر مقطعين والمعدنوس والدبشة (الكسبر) والكرافس والزعتر والرند والملح والفلفل الأسود وكأس الماء ونتركها تطهى لمدة 45 دقيقة.



شريحة الديك الرومي (داند) محشي بالجبن والكاشير



لـ 4 أشخاص.



المقادير:

شريحة داند، 4 شرائح جبن، كشير، ملح، فلفل، زيت، نعناع للزينة.

التحضير: نأخذ شريحة الداند نرشها بالملح والفلفل الأسود ثم نفرش عليها شرائح الجبن ثم شرائح الكاشير ثم نلفها ونربطها بالخيط ثم نضع قليلاً من الزيت في المقلاة ونضع فيها قطعة الداند ونضعها فوق النار نتركها تتحمر قليلاً لمدة 5 دقائق وبعد ذلك نضعها في قالب الفرن ونصب عليها قليلاً من الزيت وندخلها تطهى لمدة 35 دقيقة ونقدمها مع السلطة. ونزينها بالنعناع



لحمات الخروف «صوالح» مع الفلفل



لعدة أشخاص

المقادير:

2 لحمات خروف، 4 حبات فلفل حلو أحمر، رأس بصل، 3 ملاعق زبدة، ملح، فلفل أسود، 3 ملاعق زيت، معدنوس ملعقة زيت زيتون، قليل من المرق الجاهز.

التحضير: نأخذ لحمات الخروف ننظفها بماء بارد ونجففها، ثم نضعها في صينية الفرن ونصب عليها الزيت وندخل الصينية إلى الفرن وهو ساخن جداً لمدة 10 دقائق ثم نخرجها ونضعها في صحن ونتركها جانبا. ومن جهة أخرى نأخذ رأسين فلفل ونقطعهما قطعا صغيرة ثم نقطع البصل ويوضع في المقلاة مع الزيت ونتركه يتقلى مدة 15 دقيقة ثم نضيف إليها المرق ونتركها تتخثر لمدة 15 دقيقة أخرى ثم نصفيها في مصفاة. ومن جهة ثانية نأخذ رؤوس الفلفل ونشويها فوق النار ثم نقشرها وننزع منها النوى ثم نقطعها إلى نصفين ثم نضع لحمات الخروف في صحن، ثم نصب عليها الصوص بعد أن نضيف لها قطعة زبدة. وبعدها نزين الطبق بالمعدنوس والفلفل الملفوف على شكل تعرجات.



دجاجة مطبوخة على البخار (مفورة) بالخضر

1 ساعة ـ لـ 5 أشخاص.

المقادير:

دجاجة، 3 حبات جزر، 3 حبات طماطم، ملعقة طماطم مصبرة، ملعقة صغيرة حمّار، قليلًا من الكمون، قليلًا من الفلفل الأسود، قليلًا من الملح، 1 كوسة، 1 فلفل حلو.

التحضير: بعد تنظيف الدجاجة، نضع في صحن الحمّار والفلفل الأسود والملح والكمون وندعك الدجاجة بالخليط نصفه فقط ثم نضعها تفور في الكسكاس فوق قدر مملوء بالماء المغلي ونغطيها ونتركها حتى تفور جيّدًا ومن جهة أخرى ننظف جميع الخضر المذكورة في المقادير ونقطعها إلى مكعبات ونخلطها مع النصف الباقي من الخليط السابق ونحشي الدجاجة ونتركها تفور مرة أخرى ولما نلاحظ أنها أصبحت جاهزة ندخلها تحمر في الفرن ونزين بحبات البطاطا الصغيرة المحمرة في الفرن أو حسب الرغبة.



قالب كبدة في الفرن



12 دقيقة ـ لـ 5 أشخاص.

المقادير:

250 غ كبد، ملح، فلفل أسود، ملعقتين قشدة طرية (كريم فريش) أو زبدة، بيضة، صفار بيضة.

التحضير: نقوم أولا بفرم قطعة الكبد مع الفلفل والبيضة وصفار بيضة ثم ندهن القالب ونملأه بالكبد المفروم وتطهى في حمام بخار (Bain Marie) وندخلها في الفرن لمدة 12 دقيقة وبعدها نخرجها ونضعها في الصحون. وتزين بحبات البطاطا المشوية وقليل من الزبدة والمعدنوس.



قالب لحم بالخضر



لـ 4 أشخاص.

المقادير:

4 حبات جزر، 2 حبات كوسة، حبة بصل، 400غ لحم مفروم، 4 حبات بيض، فلفل حلو أحمر ملح، فلفل أسود، سلق.

التحضير: نأخذ الخضر ونتظفها ونضعها في كسكاس تفور حتى تطهى ثم نفرمها جيدًا ثم نتبل اللحم بالملح والفلفل الأسود ونضيف إليه البيض ونقسم اللحم إلى أربعة أجزاء ثم نخلط كل نوع من الخضر مع اللحم ثم نأخذ قالب مستطيل ونفرشه بورق شفاف ونصب كل الخليط السلق واللحم ثم الجزر واللحم ثم اللحم والفلفل الأحمر واللحم والكوسة ثم نضع القالب في حمام مائي لمدة 30 دقيقة ثم نقطعه إلى شرائح ونزين الطبق حسب الرغبة.

ملاحظة: نضع القالب في حمام مائي داخل الفرن



سردين بالهريسة



لعدة أشخاص.

المقادير:

1 كلغ سردين، ملعقة كبيرة هريسة حارة، ملح، كمون، رأس ثوم، فلفل أسود، بصلة، نصف ملعقة كبيرة طماطم، فرينة.

التحضير: ننظف السردين ونملحه ونضعه جانبا. ثم نفرم البصل والثوم ونضعه في إناء ونضيف إليه الكمون والهريسة والملح والفلفل الأكحل والمعدنوس المقطع ونخلط الكل جيدا ثم نضع سمكة فوق سمكة أخرى ونضع بين السمكتين جزء من الخليط وهكذا مع كل الأسماك ثم نغمس السمك في الفرينة ونقليها في الزيت الساخن. وتقدم ساخنة أو باردة سواء بصلصة الطماطم أو بدون صلصة.



سردين بشرائح الليمون والبيض

30 دقيقة لـ 5 أشخاص.

المقادير:

علبة سردين مصبرة، 6 بيضات مسلوقة، قليل من المعدنوس، قليل من عصير الليمون، قليل من صوص المايونيز، زيت، ملح، فلفل، صفار بيضة، قليل من الخل، بصلة، صلصة المايونيز.

التحضير: نضع حبات السردين في صحن ثم نرتبها، ونقطع البيض المسلوق إلى حلقات ونزين به حبات السردين المغموس في صلصة المايونيز. ثم نفتت قليلا من صفار وبياض البيض ونزين بهما الصحن على الأطراف كما نزين الصحن بالمعدنوس وشرائح الليمون.



كلمار محشي

1 ساعة لـ 6 أشخاص.

المقادير:

4 كلمار، 100غ أرز، 2 حبات طماطم، معدنوس، حبة بصل، كسبر، ملح، فلفل أسود، كمون فصين من الثوم، ملعقة طماطم، 50غ لحم مفروم.

التحضير: نأخذ الكلمار نقشره وننزع منه الأطراف ويقطع منه الرأس وننظفه جيّدًا، بعد ذلك نجهز الحشو حيث نضع الأرز والطماطم والمعدنوس واللحم والكسبر وقليلًا من الملح والفلفل الأسود ونضيف إلى الخليط البصل والثوم المقطعين والكمون، ثم نأخذ هذا الخليط ونحشي به الكلمار وبعد ذلك نضع الكلمار في القدر ونصب عليه صلصة الطماطم وقليلًا من الملح والزيت والفلفل الأسود ونتركه يطهى.

كفتة مشوية



30 دقيقة ل 4 أشخاص.

المقادير:

1/2 كلغ لحم مفروم، ملح، فلفل أسود، نعناع، كمون، بصل، 3 ملاعق زيت.

التحضير: نفرم البصل ونضيفه إلى اللحم المفروم ونضيف إليه الملح والفلفل الأسود والنعناع المقطع والكمون ونجمع الكل ونعملها على شكل مستطيل بحوالي 4سم عرضًا ونقطع القطع على شكل مستطيلات متساوية ونأخذ أعواد الشواء (المطارق) ونعمرها باللحم المفروم وندهنها بالزيت ونرتبها ونضعها تطهى في الفرن أو نشويها على الفرن وتقدم مع الأرز المغلي والمدهون بالزبدة ونزين الطبق حسب الرغبة.

كويرات الجنبري (الكروفات)



25 دقيقة ل 5 أشخاص.



المقادير:

300غ كروفات أو أي نوع من السمك، بياض البيض، خبز مرحي، ملح، فلفل أسود، زيت للقلي، صوص الباشمال، 125غ فرينة، 50غ زبدة، حليب، 3 صفار بيض، جبن مرحي.

التحضير: بعد تحضير صوص البشمال نخلطها مع الكروفات ونجعلها كويرات ثم نغطسها في بياض البيض المخفوق أولاً ثم الخبز المرحي وأخيرًا نقليها في زيت ساخن وعلى نار متوسطة، ثم نزينها بقطع من الفلفل وسلطة الخس.



قطعة سمك بالليمون في الفرن

30 دقيقة | لـ 4 أشخاص.

المقادير:

1/2 كلغ من السمك الأبيض (قطعة)، نصف كأس عصير الليمون، ملعقة صغيرة كمّون، ملح، فلفل أسود، 3 ملاعق زيت، ملعقة فرينة، حبات ليمون للزينة، حبة طماطم، قليل من الكرم البنفسجي.

التحضير: ننظّف قطعة السمك ثم نضعها في صحن ونصب عليها عصير الليمون ونضيف إليها الملح والفلفل الأسود والكمّون والزيت ونتركها ترتاح لمدة ساعة وبعد ذلك نغمسها في الفرينة ثم ندهن صينية الفرن بالزيت ونضعها فوق النار حتى تسخن ثم نرمي قطعة السمك حتى تحمار على الجهتين بعد ذلك ندخلها إلى الفرن لمدّة نصف ساعة، ونفرش صحن التقديم بأبراج الليمون وفوق قطعة السمك و بمكعبات الطماطم وشرائح الكرم.



دجاج في الفرن GRATIN



30 دقيقة | لـ 5 أشخاص.

المقادير:

300 غ دجاج مقطع، ملح، فلفل أسود، 4 حبات بصل، ربطة معدنوس، 3 بيضات، 4 ملاعق زيت.

التحضير: نأخذ مقلاة ونضع فيها قطع الدجاج من بعدما نكون قد نظّفناها ثم نفرم عليها البصل والمعدنوس ونضيف إليها الملح والفلفل الأسود والزيت ونتركها تطهى على نار هادئة حتى تدبل البصل وتطهى نصف طهي ثم نأخذ قالب الفرن ونفرغ فيه خليط الدجاج والبصل ومن جهة أخرى نخفق البيض ونصبه فوق الخليط ثم ندخل القالب إلى الفرن حتى تجمد ثم نخرجها. ونزيّنه حسب الرغبة

كويرات السمك


30 دقيقة

لـ 5 أشخاص.

المقادير:

300 غ لحم سمك أبيض، قليل من الملح، قليل من الفلفل الأسود، صفار البيض، ملعقة صغيرة من عصير الليمون، بيضة، خبز مرحي (مفروم).

التحضير: نمزج قطع لحم السمك، مع نصف كمية الخبز والملح والفلفل وعصير الليمون وصفار البيض ثم نخفق الخليط جيدا حتى يمزج جيدا ثم نكور هذا الخليط على شكل كويرات صغيرة.

ثم نخفق بيضة جيدا ونغمس فيها هذه الكويرات ثم نغمسها مرة أخرى في الخبز المرحي ونقليها في الزيت، وبعد ذلك نضع هذه الكويرات في أوراق الامتصاص. وتقدم الأكلة ساخنة أو حسب الرغبة.

الروجي على الطريقة الشرقية


30 دقيقة

لـ 5 أشخاص.

المقادير:

1/2 كلغ روجي، قليل من الفلفل الأحمر مرحي (حمّار)، قليل من الزيت، ملح، فص ثوم، 1/2 كلغ طماطم، معدنوس، قليل من عصير الليمون.

التحضير: ننظف الروجي، ونرتبه في صينية ثم نصب عليه الزيت ويترك جانبا.

ثم نقوم بفرم الطماطم والثوم ثم نضيف لهما الملح والفلفل الأسود، والفلفل الأحمر وعصير الليمون ونصب هذا الخليط على الروجي ثم ندخله إلى الفرن لمدة 30 دقيقة حتى يطهى. وبعدها يزين بشرائح الليمون والمعدنوس المقطع.

قلب الخروف بالجزر


30 دقيقة

لـ 5 أشخاص.

المقادير:

قلب خروف، رأس بصل، رأس ثوم، قطعة زبدة أو زيت، فلفل أسود مرحي، 250 غ جزر، ماء أو مرق أبيض.

التحضير: نضع قلب الخروف كاملاً في القدر ونقطع معه البصل والثوم ثم نملحه ونضيف إليه الزبدة ونتركه حتى يحمّر فوق نار هادئة ثم نضيف 4 كؤوس ماء أو المرق مع إضافة الملح ونتركه يطهى مدة معينة وبعد أن يطهى نقوم بتقطيعه إلى شرائح ثم نقلي هذه الشرائح بالزبدة ونصبها في صحن ونزينها بالجزر المقطع إلى دوائر والمعدنوس ونصب عليها صلصة الزبدة الموجودة في المقلاة.

ملاحظة: يمكن طهي قلب الخروف في الفرن باستعمال الزيت فقط.

ميرلون مقلي بالدقيق

15 دقيقة

لـ 4 أشخاص.

المقادير:

4 أسماك ميرلون، ملح، فلفل أسود، رأس ثوم، كمون، قليل من الدقيق، بيضة، قطعة زبدة، ليمون، معدنوس مقطع.

الكيفية والتحضير: تقطع السمكات من جهة الظهر وننزع منها العظام (السلسول) ثم تنظف من الداخل وترش بالملح والفلفل الأسود، والكمون، والثوم المقطع، ثم تغمس في البيض ثم في الدقيق، وتقلى في الزيت الساخن وتقدم مزينة بالزبدة والمعدنوس، مع ورود الليمون والمعدنوس بالأوراق.

روجي بالليمون



لـ 3-4 أشخاص.

المقادير:

نصف كلغ روجي (سمك أحمر)، حبتين ليمون، ملح، فلفل أسود، حبات ثوم.

الكيفية والتحضير: ننظف الروجي ويوضع في صينية ونرش عليه بالملح والفلفل الأسود والثوم ونضع في وسط كل سمكة قليلا من الليمون ثم ندخله إلى الفرن ليطهى مدة معينة (20 دقيقة) وبعد الطهي يوضع في صحن ويزين بشرائح الليمون ثم فوق الليمون يوضع المعدنوس أما جوانب الصحن فنزينها بقطع البطاطا الصغيرة والمقلية مع أغصان المعدنوس.

سمكة مشوية



لـ 5 أشخاص.

المقادير:

سمكة كبيرة من أي نوع، ليمون، فلفل أسود، ملح، قليل من الفرينة، زيت، ملح.

الكيفية والتحضير: نأخذ السمكة، وننظفها جيدا ثم ندهنها بخليط من الليمون والملح والفلفل الأسود والزيت والفرينة وتوضع فوق شباك حديدي (مشواة) على نار هادئة حتى تطهى جيدا ثم نضعها في صحن وتزين بأبراج الليمون والمعدنوس المقطع.

سمك في الفرن



لـ 5 أشخاص.

المقادير:

سمكة كبيرة، ملح، فلفل أكحل، رأس ثوم، فلفل أخضر حار، زيت، بيضة، خبز مفروم، معدنوس مقطع، فرينة.

التحضير: ننظف السمكة جيدا وندلكها بالملح، ونفرم الثوم ونضعها في إناء ونضيف لها البيضة والملح والفلفل الأسود وملعقة فرينة ونخلطه جيدا ثم نغمس فيه السمكة وبعد ذلك نغمسها في الخبز المرحي ثم نضعها في صينية الفرن ونصب عليها الزيت وندخلها في الفرن على نار قوية.

وتقدم باردة أو ساخنة حسب الرغبة .

قطع السمك مع الطماطم

لـ 4 أشخاص.

المقادير:

6 قطع سمك، 1/2 كلغ طماطم، حبة باذنجان، رأس ثوم، كمون، قليل من الفرينة، معدنوس مقطع، زيت، قطعة زبدة صغيرة، ليمون.

التحضير: نقوم بتنظيف قطع السمك وتملح ونضيف إليها قليلا من الليمون، والكمون ثم نغمس قطع السمك في الفرينة ونقليها في الزيت،ثم نضعها في صحن.

ونظف حبة الباذنجان ونقطعها إلى مربعات (مكعبات) ويُقلى في الزيت.

ثم نقشر الطماطم ونقطعها ونخلط معها المعدنوس ونضيف إليها الملح والثوم والكمون ونطهيها حتى تعقد وبعدها نضيف لها الباذنجان ثم نضع قطع السمك في وسط الصحن ونحيطها بالطماطم ونزينّها بالمعدنوس.

جمبري كاجون



لـ 4 أشخاص.

المقادير:

حبة بصل، رأس فلفل أخضر أو أحمر، فرع كرافس، أغصان نعناع، كأس أرز. نصف كلغ جمبري كبير، زيت، نصف ملعقة صغيرة فلفل أحمر، ربع كأس فرينة.

التحضير: نفرم البصلة والفلفل والكرافس ثم نفرم أوراق النعناع (ملعقة أكل نعناع)، ونطهي الأرز جيدا،وفي هذه الأثناء نقشر الجمبري ثم نغسله بماء بارد ونقطع كل حبة إلى نصفين،ثم نقليه مع نصف ملعقة ملح وملعقة كبيرة زيت ساخن فوق نار متوسطة مع التحريك باستمرار لمدة دقيقتين حتى يلين ثم نرفعه من فوق النار ونضعه في صحن. نضع في المقلاة ربع كأس زيت ثم نسخنّه فوق نار متوسطة ثم نضيف إليه الفرينة ونحرك باستمرار حتى يصبح لونه بنيا ، وبعدها نضيف الخضر المقطعة والفلفل الأحمر وربع كأس ماء ونصف ملعقة صغيرة ملح، ونسخنها حتى الغليان ثم نخفف عنها النار ونترك الخضر حتى تلين، ثم نضيف الجمبري ونستمر في التسخين لمدة 5 دقائق. ونقدّم الجمبري مع الأرز المطهي ونصب عليه النعناع المفروم.

اسكلوب الدند

15 دقيقة ل 4 أشخاص.

المقادير:
4 قطع اسكلوب، نصف كلغ طماطم، 4 حبات بصل، فص ثوم، 100 غ زيتون أسود بدون نواة، أغصان زعتر، 25 غ زبدة، ملعقتين زيت زيتون، ملح، فلفل أسود.

التحضير: نقطع البصل ونضعه في كسرونة مع الزيت حتى يذبل ثم نضيف إليه الثوم المفروم.

ثم نقشر الطماطم ونقطعها قطعا ونضيفها مع البصل والزيت مع إضافة الملح والفلفل الأسود ونترك الكل يطهى مدة 15 دقيقة ثم نضيف الزيتون وعندما يطهى ننزعه ونتركه جانبا. ثم نأخذ الاسكلوب ونملحه ونرشه بالفلفل الأسود ثم نقليه في الزبدة مدة 5 دقائق من الجهتين على نار متوسطة وعندما يطهى نضعه في صحن ونصب عليه الطماطم. ويقدم مع المعكرونة سباقيتي.

بطة محشية بالبصل

1 ساعة ل 5 أشخاص.

المقادير:
بطة متوسطة، حبتين بصل، كمون، ملح، فلفل أكحل، رند، سمن وزيت، قليل من الأرز.

التحضير: نفرم البصل ونضيف معه الملح، والفلفل الأكحل والكمون ونخلط الكل جيداً، ثم نأخذ البطّة بعد تنظيفها ونحشيها بالخليط ثم نخيطها بالإبرة والخيط. ثم نأخذ قدراً نضع فيه السمن ونتركه فوق النار حتى يغلي ثم نضع البطّة ونتركها تتحمرّ من كل الجوانب ثم نضيف عليها 4 كؤوس ماء وأوراق الرند ونتركها لتطهى، وعندما تنضج نخرجها من القدر ونقليها في الزيت ونضعها جانباً. ومن جهة أخرى نأخذ الأرز فنغليه في مرق البطّة حتى ينضج فنصب عليه ملعقتين زيت الزيتون. ثم نأخذ صحنا ونضع فيه البطّة في الوسط مزينة بالجزر المبشور والمعدنوس المقطع، وتقدم كوجبة كاملة مع الأرز.

ملاحظة: يمكن استعمال الدجاج مكان البط.

كبدة مشوية بالفرينة

12 دقيقة ل 5 أشخاص.

المقادير:
3 قطع كبد خروف أو عجل، ملح، فلفل أسود، قليل من الفرينة، زبدة، ليمون.

التحضير: نأخذ قطع الكبد و نملّحها ونرش عليها الفلفل، ثم نغمسها في الفرينة ونشويها على نار هادئة حتى تحمر وتنضج.

وتقدم الكبدة المشوية مع عصير الليمون والمعدنوس.

اسكلوب خروف بالخبز

15 دقيقة

لـ 6 أشخاص.

المقادير: شريحتين لحم خروف، ملح، فلفل أسود مرحي، قليل من الخبز.

للتزيين: معدنوس، زبدة، ليمون، بياض بيض مغلي مقطع، صفار بيض مغلي ومقطع قطع رقيقة، حبات زيتون.

التحضير: نأخذ شرائح اللحم ونرشها بالملح والفلفل الأسود، ثم نغمسها في الخبز المرحي. ثم نقليها في الزبدة ونضعها في صحن طويل، ونزينها بشرائح الليمون من جميع جهات الصحن بالطول.

ومن جهة الصحن بالعرض نزيّنه ببياض البيض المقطع وفي الوسط بالمعدنوس المقطع ثم صفار البيض المقطع. أما فوق الشرائح اللّحمية فنضع شرائح من بياض البيض مع المعدنوس وحبات الزيتون.

بيض مغلف باللّحم المفروم

20 دقيقة

لـ 5 أشخاص.

المقادير:

250 غ لحم مفروم، ملح، فلفل أسود، كمّون، معدنوس، 2 بياض بيض، 4 بيضات مسلوقة، ثوم، زبدة.

التحضير: نأخذ اللحم المفروم والثوم المفروم والمعدنوس المقطع، والملح والفلفل الأسود وبياض البيض ونخلط الكل مع بعض فنكوّن عجينة، وبعدها نقسم العجينة إلى قسمين، ثم نأخذ قالبا مستطيلا وندهنه ونبسط فيه العجينة ونرتب فوقها البيض بالطول، ثم نغطّيه بالقسم الباقي من العجينة كليا، ونصب فوقها كميّة من الزبدة الذائبة وندخلها إلى الفرن لمدة 20 دقيقة حتى تطهى.

وتقدم مع السلطة.

رقبة خروف محشيّة



لعدة أشخاص

المقادير:

رقبة خروف، كميّة أرز، ملح، فلفل أسود، ثوم، كميّة لحم مفروم، بصلة، قطعة صغيرة زبدة.

الكيفية والتحضير: نأخذ الرقبة وننزع منها العظام ونخيطها مثل الكيس.

ومن جهة أخرى نغلي الأرز ونخلطه مع اللّحم المفروم والثوم والبصل ونضيف إليه الملح والفلفل ونكوّن خليطا ثم نحشّي الرقبة بهذا الخليط وندخلها إلى الفرن مع الزيت حتى تحمر ثم نضيف لها كمية من الماء ونتركها حتى تطهى. وتقدم ساخنة.

ملاحظة: يمكن بعد طهي الرقبة في القدر أن تحمر في الفرن.

السرطان البحري بالمايونيز

لـ 5 أشخاص.

المقادير:

2 سرطان بحري، رأس ثوم، معدنوس. 3 صفار بيض، ملعقة مطارد، ملعقتين خل أبيض، نصف كوب زيت، قليل من الزعفران، نصف كوب قشدة طرية (كريم فريش)، ملعقة بصل مفروم، ملح.

الكيفية والتحضير: ينظف السرطان جيدا ويغلى في الماء والملح، ثم يصفى ويترك جانبا.

تحضير المايونيز: نصب صفار البيض والثوم والملح والمطارد، والخل الأبيض والزيت والكريم فريش والزعفران والبصل المفروم ونخلط الكل في خلاط كهربائي.

وأخيرا نضع السرطان منظما في صحن ونصب عليه المايونيز.

خبزة السّمك



لـ 5 أشخاص.

المقادير:

أ) مقادير العجين:

600 غ فرينة. 300 غ زبدة جامدة، ملح، ماء بارد.

ب) مقادير الحشو:

350 غ قطع سمك طازج من أي نوع، 120 غ سمك مصبر 5 رؤوس كراث. 3 بيضات + 1 صفار بيض، 20 غ كريم فريش، 40 غ زبدة، قليل من المرق الجاهز إن أمكن، حبة بصل، ملح، فلفل أسود.

الكيفية والتحضير: نضع الفرينة في وعاء على شكل حلقة ونصب الماء في وسطها مع الملح ثم نخلط جيدا حتى تشكل عجينة، ثم نتركها ترتاح مدة 15 دقيقة، ثم نبسطها ونضع في وسطها قطعة زبدة ونقلب عليها العجينة من كل الجهات ثم نشكلها إلى شكل مستطيل وبعدها نأخذ عود الرشتة ونبسطها به ثم نطويها إلى ثلاث طبقات ثم نبسطها بعود الرشتة ثم نطويها إلى 6 طبقات ثم نكون منها خبزتين رقيقتين وبعدها ندهن القالب الدائري بالزبدة ونضع فيه الخبزة الأولى.

ومن جهة نأخذ الكراث ننظفه ونقطعه ونضعه ليفور فوق المرق الجاهز، بحيث نضع في المرق السمك ليطهى وهذا لمدة 7 دقائق، ثم نصفي السمك من المرق ونخلطه مع الكراث وهذا بعد أن ننزع منه سلسوله وقشرته وتقطيعه إلى قطع صغيرة.

ثم نأخذ مقلاة ونضع فيها نصف كمية الزبدة ونتركها تغلى جيدا ثم نصب فيها البصل المقطع ونتركه فوق النار حتى يذبل وبعدها نضيف له الكراث والسمك والملح والفلفل ونترك الكل يطهى مدة 5 دقائق ثم نضيف إليه السمك الجاهز ثم نأخذ القشدة الطرية (كريم فريش) مع 3 بيضات فنخفقهم جيدا ثم نضيفهم إلى خليط السمك ونصب الخليط فوق الخبزة الأولى ثم نغطيه بالخبزة الثانية ثم نغلق جيدا من كل الجوانب وبعدها ندهنها بصفار ونثقبها في وسطها ثقبا كبيرا هذا الثقب ندخل فيه قطعة ورق غليظ على شكل مدخنة ثم نسخن الفرن وندخلها لتطهى مدة 35 دقيقة.

سمك بالخبز



لـ 4 أشخاص.

المقادير:

300غ سمك، جزر مبروش، 2 حبات طماطم، بصل، خبز مرحي، رند، زعتر، ملح، ملعقتين زيت.

التحضير: نقلي البصل والجزر بقليل من الزيت على نار هادئة، ثم نضيف إليه الماء ونتبلها بالملح والفلفل والرند والزعتر، ثم نخلط الكل جيدًا وبعد ذلك نضيف إليه ملعقة من الخلّ والسّمك ثم نصب هذا الخليط في صينيّة الفرن ونرشها بالخبز المرحي، ثم ندخلها إلى الفرن.

ملاحظة: نستطيع أن نحضر طبق «السمك قراطا بالخبز» بنفس الطريقة ونفس المقادير

دجاجة Dessossé



لـ 4 أشخاص.

المقادير:

دجاج مغلي مرحي، 150غ كبدة دجاج ، خبز مرحي، ملح، فلفل أسود، زعتر، بصل، ثوم، فطر Champignon ، جوزة الطيب.

التحضير: نضع الدجاج المرحي في إناء ونضيف إليه البصل والثوم المفرومين والزعتر والكبدة وبعد تقطيعها إلى مربعات ونحك جوزة الطيب ونضيف إليه الخبز المرحي والفطر المقطع رقيقًا ثم نضيف إليه الملح والفلفل الأسود ونخلط الكل جيدًا ثم نأخذ جلد الدجاج ونحشيه بالخليط ونخيطه بالخيط ونضعه في صينية مدهونة ونضع فوقه قطعة زبدة وندخله الفرن ويقدم مع السلطة.

لحم في الفرن مع الخبز



لـ 6 أشخاص

المقادير:

1كلغ لحم خروف، جزر، بصل، ثوم، كرافس، ملح، سمن، رند، قرفة، جبن، خبز، حليب.

التحضير: نضع اللحم في طنجرة نتبله بقليل من الملح والفلفل الأسود ونفرم عليه البصل والثوم ثم نضيف له قطع الجزر وأوراق الكرافس والرند والسمن ونصب عليه كأس ماء ونضعه فوق النار يطهى مدة ساعتين أثناء ذلك نقطع الخبز ونحمصه في الفرن وعند الانتهاء نأتي بقالب نضع فيه قطع الخبز المحمص ثم نضع فوقه قطع اللحم بعد نزعه ثم نصب عليه الحليب وندخله إلى الفرن وعندما يقرب إخراجه نرشه بالجبن.

شريحة داند ملفوف في الفرن

30 دقيقة

لـ 4 أشخاص.

المقادير:

800 غ صدر لحم داند، 200 غ لحم مرحي، معدنوس، خبز مرحي، 2 بيضات، ملح، فلفل أسود.

التحضير: نفرش قطعة اللحم (الداند)، ثم نرش عليها القليل من الملح والفلفل الأسود، ثم نخلط اللحم المفروم والمعدنوس والخبز المرحي والبيض والملح والفلفل الأسود ونحشي بها قطعة لحم الداند ونلفها ونربطها بخيط. ثم نضعها في صينية ونصب عليها الزيت وندخلها إلى الفرن.

كبدة بيضاء



لـ 4 أشخاص.

المقادير:

صوالح (تسمى في بعض المناطق بالكبدة) ، 1 بصل، زعفران، فلفل أسود، ملح، ملعقتين زيت، 1/2 ملعقة سمن، حمّار، 1/2 كأس ماء.

التحضير: بعد ما نغلي الصوالح ونغسلهم بالماء والخل نقطعهم إلى مربعات ونضعهم جانبًا، ومن جهة ثانية، نأخذ طنجرة ونقطع فيها البصل ثم نضيف لها الثوم ونتبل بالملح والفلفل الأسود والزعفران كما لا ننسى الزيت والسمن ونخلط الكل ثم نرش بقليل من الحمّار ونصب فوقه الماء ثم نضعه يطهى لمدة 15 دقيقة ثم نضيف إليه الصوالح ونتركها تطهى لمدة 10 دقائق أخرى، وتقدم مع الأرز.

بوزلوف مطبوخ على البخار (مفور)

30 دقيقة — 1 ساعة

لـ 5 أشخاص

المقادير:

رأس بوزلوف، كمون، خل، ماء، ملح، ثوم، معدنوس، فلفل أسود.

التحضير: نحرق ونغسل بوزلوف بالماء والملح والخل ونضعه جانبًا ثم نأتي بوعاء ونفرم فيه الثوم ونضيف له الكمون والملح والمعدنوس المقطع ثم نخلط الكل وندهن به بوزلوف جيدًا ثم نضعه في كسكاس وتحته قدر مملوءة بالماء المغلي ونضعه فوق نار هادئة حتى يطهى أي حتى ينصل اللحم من العظم.

ملاحظة : مع استمرارية إضافة الماء إلى القدر.

كباب الدجاج بالمطارد

1 ساعة

لـ 5 أشخاص.

المقادير:
صدر دجاج، ملح، فلفل، كسبر، معدنوس، مطارد، ملعقتين بصل، ثوم، ليمون، أرز، زعفران، زيت الزيتون، فلفل حلو أخضر وأحمر، ملعقة زبدة وماء.

التحضير: نأخذ صدر الدجاج ونقطعه إلى قطع متوسطة الحجم ونضعه في إناء ثم نضيف إليه الملح، والفلفل الأسود، والكسبر، والمعدنوس، والمطارد، وملعقتين من زيت الزيتون، وملعقتين من البصل المفروم، والثوم المفرومة، والليمون، ونخلط الكل ونتركه مرقدا لمدة نصف ساعة ثم نأخذ الفلفل الحلو الأخضر والأحمر ونقطعه على شكل مربعات ونأخذ أسياخ حديدية ونضع قطعة دجاج ثم قطعة فلفل أخضر ثم قطعة دجاج أخرى ثم قطعة فلفل أحمر حتى نكمل كل الكمية ثم نضعه في صحن فرن أو نشويه على الفحم ثم نتجه إلى الأرز فنضع ملعقة زبدة في المقلاة حتى تذوب ونضيف إليها الأرز والماء والملح ثم الزعفران ليحصل على لون أصفر ذهبي بعد نضجه ثم نضعه في صحن ونقدم فوقه أسياخ الدجاج المحمر أو المشوي حسب الرغبة وتقدم كوجبة كاملة.

مخ بالزيتون

30 دقيقة

لـ 4 أشخاص.

المقادير:
4 قطع مخ، 100غ زبدة، 100غ زيتون أخضر، حبة ليمون، ملعقتين فرينة. ربطة دبشة، معدنوس، 3 ملاعق خل، فلفل أسود، ملح.

التحضير: نضع قطع المخ في ماء بارد مع ملعقة خل لمدة 30 دقيقة ثم ننزع الخيوط الحمراء التي تحيط بالمخ ثم نرمي قطع المخ في ماء آخر مضاف إليه ملعقتين من الخل والدبشة ونتركهم على نار حتى يغلي الخليط ونصفيه ونقطع المخ إلى حلقات ونغمسها في الفرينة ومن جهة أخرى نضع في المقلاة قطع الزبدة ونحمر فيها حلقات المخ المغموسة في الفرينة ونعصر عليها الليمون ونصب الزبدة المحمر فيها حلقات المخ ونزين بحبات الزيتون والمعدنوس المفروم الطبق وتقدم مع السلطة.

دوائر اللحم بصوص الإكليل

35 دقيقة

لـ 4 أشخاص.

المقادير:
2 حبات بصل، 3 ملاعق معدنوس، ملعقة إكليل مرحي، 3 ملاعق خل، 3 صفار البيض، 200 غ زبدة، 3 ملاعق طماطم مصبرة، 4 قطع لحم دائرية، قليل من زيت الزيتون، ملح، فلفل أسود، 300غ لوبياء خضراء (زاليقو)، قليل من الماء حوالي 1/2 كأس .

التحضير: نقشر البصل ونضعه في كاسرونة مع نصف كمية الإكليل ونصف كمية المعدنوس ونضيف إليه الملح والفلفل الأسود والخل ونضع الكاسرونة على نار هادئة وعندما ينشف الخل نرفع الكاسرونة من فوق النار ونتركها تبرد ونضيف إليها البيض المخفوق ونضع الكاسرونة في حمام مائي على نار هادئة ونضيف إليها الزبدة مع التحريك بالخلاط اليدوي ثم نضيف إليها الكمية الباقية من الإكليل والمعدنوس والطماطم ومن جهة أخرى نشوي قطع اللحم المدهونة بالزيت من الجهتين حتى تحمر ونضعها في صحن ونصب عليها الصوص وتقدم مع الزاليقو المغلي في الماء.

النقانق (مرقاز) الدّار الأبيض

40 دقيقة

لـ 4 أشخاص.

المقادير:
2 صدر دجاج، 100غ لبابة خبز ، 2 بيض، ملعقة ملح، 1/2 لتر حليب، 2 حبات قرنفل، ورقة رند، غصن كرافس، 1/2 ملعقة صغيرة فلفل أسود، 2 حبات بصل، 3م من المصران (Metre).

التحضير: نفرم الصدرين في الرحاية الرقيقة جدًا ونتركهم جانبا ومن جهة أخرى نضع الحليب في الكاسرونة مع البصل المرشقة بحبات القرنفل وورقة الرند وغصن الكرافس وملعقة الملح ونضيف ملعقة الفلفل الأسود ونترك الكل يغلي على نار هادئة ونتركهم يبردون ثم نصفي الحليب في إناء آخر ونخلط معه اللحم المفروم ولُبابة الخبز والبيضتين بالخلاط ونصب قليلا قليلاً الحليب حتى تتحصل على عجين متجانس ومن جهة أخرى ينظف المصران جيدًا ثم نأخذ كيس الحلواني (Poche douer) نملأه بعجين اللحم ونعمر به المصران حتى نكمل المقياس الحقيقي للمرقاز نبرمه حول نفسه ثم نكمل الثاني والثالث وهكذا حتى نكمل عجين اللحم كلها فنتركه يرتاح حوالي ساعة كاملة وبعدما تركناه يرتاح نبيضه في الماء المغلي مع الملح على نار هادئة دون غليان ثم نبرده في الماء البارد.

ملاحظة : يمكن إضافة جوزة الطيب

اسكالوب محشي باالجبن

1 ساعة

لـ 4 أشخاص.

المقادير:
شرائح لحم عجل، شرائح جبن أصفر، شرائح لحم ديك هندي مطهي، ملح، فلفل أسود، ليمون، كأس زيت، 1/2 كلغ بطاطا، قشدة طرية (الكرام فراش)، بصل، ثوم، حمار، قليل من الزبدة، معدنوس مفروم، حبة ليمون.

التحضير: تحضير الشرائح: نضع شريحة اللحم ونضيف إليها شريحة الجبن ثم شريحة لحم الديك الهندي ونلف شريحة اللحم ونربط بخيط حتى نكمل كل شرائح اللحم حسب عدد الأشخاص ثم نضع قليلاً من الزيت في مقلاة ونضع الشرائح في المقلاة ونتركها تتحمر قليلا ثم ننزعها ونضعها في صينية الفرن ونتركها تطهى ثم نعود للبطاطا فنقشرها ثم نفرمها في الماء حتى لا تأخذ اللون الأسود ثم نصفيها ونضع في المقلاة قليلاً من الزيت ثم نضيف إليه البطاطا والملح والفلفل الأسود ونشكلها على شكل دائرة ثم نقلبها على الجهة الأخرى بعد نضجها ثم نتركها تتصفى من الزيت وبعدها نأخذ (الكرام فراش) ونضعها في المقلاة التي نكون قد وضعنا فيها من قبل قطعة زبدة ثم نضيف إليها البصل المفروم والثوم المفروم، الملح، والزبدة، والفلفل الأسود وقليلاً من الحمّار الإصطناعي. وبعدها نضع في الصحن البطاطا وفوقها شرائح اللحم المحشية بالجبن ولحم الديك الهندي ونقسمها إلى نصفين ونضيف فوقها صلصة (الكرام فراش) وقليلاً من المعدنوس المفروم وقطع الليمون للتزيين.

ملاحظة : شرائح اللحم تملح ونضيف لها الفلفل الأسود وعصير الليمون، شرائح الديك، الكاشير وندخلها الفرن.

بسباس مغلف بالبفتاك

45 دقيقة

لـ 5 أشخاص.

المقادير:
بسباس، قطع من لحم البفتاك، ملح، فلفل، صلصة البشامال، الجبن.

التحضير: بعد أن نضع البسباس في الماء يغلي ونقوم بتصفيته من الماء ونتركه يبرد قليلا ثم نغلفه بقطع اللحم البيفتاك الذي نتبله من فوق بقليل من الملح والفلفل الأسود نأتي بقالب الفرن ونضع فيه قطع اللحم ونصب فوقه صلصة البشامال ثم نرش عليه الجبن ونضعه ينضج في الفرن.

كلمار محشي

1 ساعة

لـ 5 أشخاص.

المقادير:

كلمار (منزوع الرأس).
للحشوة: كمية لحم مفروم، حبة كبيرة بصل، 3 ملاعق كبيرة زيت، حبتا طماطم، 250 غ أرز، ملعقة كبيرة معدنوس مفروم ملعقة صغيرة فلفل أسود، 1/2 ملعقة صغيرة زعفران، رأس فلفل حار مقطع (حسب الذوق) ملح.
للصلصة: حبة بصل مفرومة، 4 ملاعق كبيرة زيت، ورقة رند، 3 أو 4 حبات طماطم، ملعقة صغيرة فلفل أسود، ملعقة صغيرة زعفران، ملعقة كبيرة معدنوس مفروم، ملح.

التحضير: ضعي البصل المفروم في الزيت حتى يذبل ثم أضيفي إليه اللحم المفروم واتركي الكل على نار هادئة ثم أضيفي إليه الطماطم مقشرة ومقطعة قطعًا صغيرة وبعد ذلك أضيفي التوابل: الملح، والفلفل الأسود، والزعفران والفلفل الحار (حسب الذوق). أخلطي الكل واتركي المقادير على النار حتى يتبخر كل الماء ثم اسحبيها من النار ثم أضيفي إليها الأرز المطهو والمعدنوس المفروم واخلطي الكل جيدًا واتركي الخليط يبرد ثم احشي الكلمار بالحشوة، ثم خيطي فتحة الكلمار مع ترك سنتمتر مفتوحًا من كل جانب حتى تدخل الصلصة وحتى لا ينفجر الكلمار أثناء الطهي اتركي الكلمار المحشي جانبًا. بعد ذلك حضري الصلصة ضعي البصل المفروم مع الزيت على نار هادئة ثم أضيفي إليه الملح، والفلفل الأسود والزعفران واخلطي الكل ثم ضعي الكلمار في هذا الخليط، واقلبيه من الجهتين ثم أضيفي إليه كأسين من الماء وورقة الرند واتركي الكل على نار هادئة، عندما يصبح الكلمار طريًا أضيفي إليه الطماطم المقطعة واتركيها تذوب ثم أضيفي إليه المعدنوس واسحبي الطبق من النار. ثم ضعي الكلمار في طبق التقديم، صبي الصلصة فوقه وقدميه ساخنا.

شريحة لحم مع الفلفل



المقادير:

قطعة من اللحم من الهبرة، ملح، فلفل، حبة ليمون، زيت، غصن إكليل، رأس فلفل حلو.

التحضير: نعصر حبة الليمون ونضع العصير في إناء ونضيف له الزيت والملح والفلفل وغصن الإكليل ونقع فيها قطعة اللحم ونتركها لمدة نصف ساعة (1/2 ساعة) في الثلاجة وبعد ذلك نشويها في شواية أو في مقلاة لمدة 15 دقيقة مع تقليب اللحم ونضعها في الصحن ونزينها بشرائح من الفلفل الحلو.

شريحة اللحم في الفرن



المقادير:

زبدة، شريحتين من اللحم، ملح، فلفل أسود، حبة شمندر للتزيين، زعتر، ثوم، 3 ملاعق زيت.

التحضير: نفرم الثوم، ونضعها في إناء ونضيف إليها الملح والفلفل والزيت والزعتر وننقع شريحتي اللحم في الخليط ونتركها تتشرب كل التوابل، ثم نضعها في قالب فرن ونتركها تطهى مع التقليب حتى تطهى وتزين بقطع من الشمندر.

شرائح اللحم مع البطاطا



لشخصين.

المقادير:

شريحة لحم دجاج، حبة ليمون، 4 ملاعق من زيت الزيتون، ملح، فلفل أسود، حبات جزر، حبة بطاطا، زعتر.

التحضير: نأخذ شريحة اللحم ونعصر عليها الليمون، ثم نملحها ونرش عليها الفلفل الأسود ونصب الزيت في المقلاة ونتركه حتى يسخن جيدا ونرمي قطعة اللحم ونتركها حتى تطهى وتحمر ثم نرفعها من المقلاة ونضعها في الصحن ومن جهة أخرى تقلى البطاطا والجزر حتى تطهى ثم نقطعهما على شكل حلقات ونزين بها الصحن.





السفنج

لعدة أشخاص.

المقادير:

1 كلغ دقيق سهل العجن، فنجان خميرة، نصف ملعقة كبيرة ملح، قليل من المعجون، قليل من العسل، كأس سكر خشن، كأس ماء دافئ، زيت للقلي.

التحضير: نضيف إلى فنجان الخميرة وقليلا من الماء الدافئ ونتركها حتى تنتفخ (تطلع)، ثم نضع الدقيق في القصعة ونضيف له الملح والخميرة ونبلله بالماء الدافئ ونتركها جانبا حتى تخمر لمدة ساعة، ثم نعجنها جيداً ونرشها بالماء الدافئ حتى تلين وترطب ثم نتركها مرة أخرى تخمر لمدة في مكان دافئ.

ثم نضع الزيت في المقلاة على نار متوسطة، وندهن المائدة بالزيت، ثم نشكل من العجين قرصات صغيرة ونبدأ في بسطها على المائدة حيث نبسط القرصة ونرميها في المقلاة حتى تنضج وتحمر ثم نرفعها من الزيت ونضعها في مصفاة أوكسكاس ونستمر في العملية حتى ينتهي العجين. ويقدم الاسفنج محشوا بالمربى ويغمس في العسل ويرش بالسكر الخشن.



خبزة البوراك في الفرن



لـ 5 أشخاص

المقادير:

4 حبات بطاطا، ملح، فلفل أسود، نصف صدر دجاج، 12 ورقة خطفة، قطعتين جبن، رأسين حار أحمر، زيتون، حبتين بيض.

التحضير: نأخذ إناء أو قالبا وندهنه بالزبدة ونفرش كل أوراق الخطفة ثم نأخذ البطاطا ونطهيها في الماء المغلي وبعد نضجها نقشرها ونفرمها ونخلط معها صدر الدجاج المفتت والملح والفلفل الأسود ونقطع رأسي فلفل حار ونقطع الزيتون ونقطع الجبن ونكسر البيضة على الخليط ونخلط الكل مع بعض ونصبه في القالب ونغطيه بأطراف الخطفة ثم ندهنه بالزبدة وندخله الفرن حتى يحمر ونقدمه ساخنا.



بوراك العجين

20 دقيقة

لـ 5 أشخاص.

المقادير:

3 كؤوس فرينة، فنجان زيت، ملح، زيت للقليان، 2 حبات بطاطا مفرومة، 100غ جبن مبشور، ملح، ماء، بيضة.

التحضير: نضع الفرينة المغربلة في إناء ثم تضيف إليها الزيت ونمزجها جيدًا باليد ونضيف إليها الملح والبيضة ونبللها بالماء حتى نكوّن عجينا ونتركها ترتاح ثم نبسطها على شكل مستطيل، ثم نأخذ البطاطا ونخلطها مع الجبن ونأخذ بالملعقة الخليط ونضعه في المستطيل في ثلاث جهات أما الجهة السفلى فندهن كل الجوانب بالبيض ونغطيها بالعجين المستطيل العلوي ونقطع بالجرارة ثم ندهن بالبيض ونقليها في الزيت.



أكلة المشلوش

لعدة أشخاص.

المقادير:

3 كلغ دقيق، ملح، ماء، زيت، ماء الزهر، سكر خشن، والزبدة ولوز مرحي وعسل.

التحضير: يغربل الدقيق ويوضع في القصعة، ونضيف له الملح ونبلله بالماء البارد ونتركه يرتاح ثم بعد الراحة نبدأ بعجنه بدون تقطيع حتى نرطب العجين ثم نرشه بالماء حتى يلين العجين ونكوره على شكل كويرات صغيرة، ثم ندهن صينية ونضع فيها كويرات العجين ونتركها ترتاح ثم ندهن المائدة بالزيت ونبسط فوقها الكويرات واحدة واحدة كلما بسطنا كويرة نرميها مباشرة في الطاجين لتطهى دون أن نحرقها وهكذا حتى ننتهي من كل العجائن وتصبح فطيرا، وبعد ذلك نأخذ الفطائر واحدة واحدة ونكورها بشكل مستطيل ونقطعها دائريا ونرشها بماء الزهر ونضعه يفور في الكسكاس ونخلط العسل والزبدة ثم نصبه على الكل ونضعها في الصحن ونرش عليها السكر الرطب واللوز المرحي وتقدم في المناسبات.



البوراك

لعدة أشخاص.

المقادير:

6 خطفات، قطعة جبن، زيتون مقطع دون نواة، قطع لحم دجاج مفروم، ملح، فلفل أسود، 3 بيضات، معدنوس مقطع، كسبر، بصل، ثوم، هريسة، بطاطا.

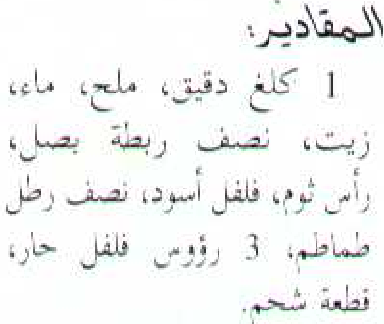
التحضير: تغلي البطاطا مع الملح والماء حتى تنضج ثم نقشرها ونفرمها ونفرم معها البصل والثوم ونضيف إليها الملح والفلفل والبيض والمعدنوس والكسبر والهريسة واللحم والزيتون ونخلط الجميع جيدا ونضع هذا الخليط وسط ورقة الخطفة ثم نطويها على شكل أنبوب مستطيل أو نشكلها إلى مثلثات، أو مربعات، ثم نقليها في الزيت الساخن، ويقدم البوراك مع شرائح الليمون.



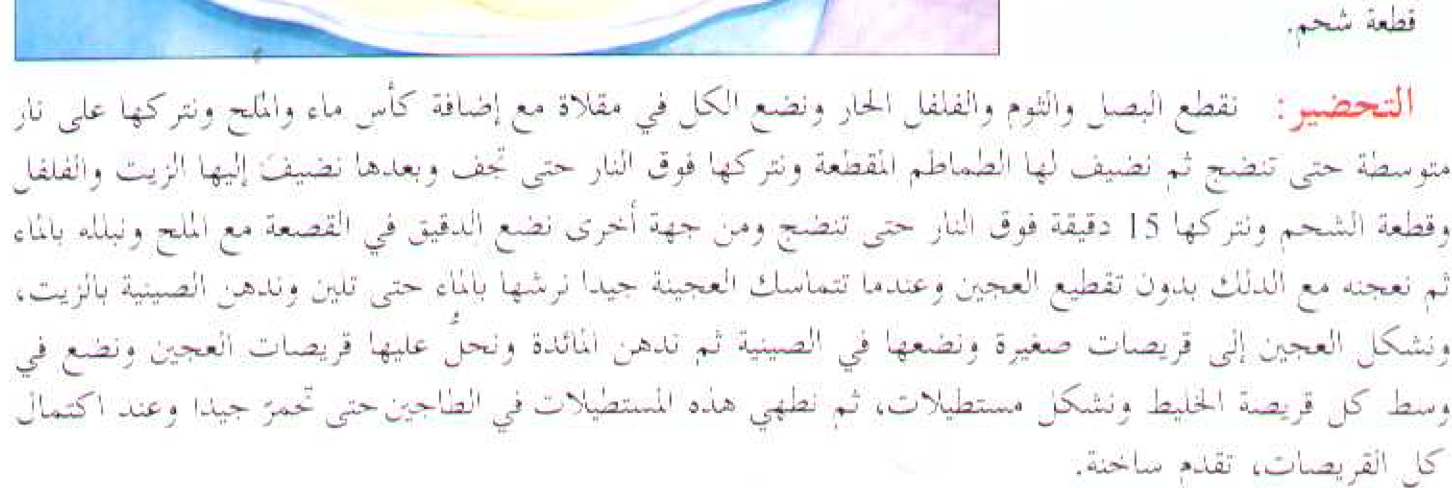
المحجوبة

لعدة أشخاص.

المقادير:



1 كلغ دقيق، ملح، ماء، زيت، نصف ربطة بصل، رأس ثوم، فلفل أسود، نصف رطل طماطم، 3 رؤوس فلفل حار، قطعة شحم.



التحضير: نقطع البصل والثوم والفلفل الحار ونضع الكل في مقلاة مع إضافة كأس ماء والملح ونتركها على نار متوسطة حتى تنضج ثم نضيف لها الطماطم المقطعة ونتركها فوق النار حتى تجف وبعدها نضيف إليها الزيت والفلفل وقطعة الشحم ونتركها 15 دقيقة فوق النار حتى تنضج ومن جهة أخرى نضع الدقيق في القصعة مع الملح ونبلله بالماء ثم نعجنه مع الدلك بدون تقطيع العجين وعندما تتماسك العجينة جيدا نرشها بالماء حتى تلين وندهن الصينية بالزيت، ونشكل العجين إلى قريصات صغيرة ونضعها في الصينية ثم ندهن المائدة ونحلُّ عليها قريصات العجين ونضع في وسط كل قريصة الخليط ونشكل مستطيلات، ثم نطهي هذه المستطيلات في الطاجين حتى تحمر جيدا وعند اكتمال كل القريصات، تقدم ساخنة.



سمنيات الخميرة

لعدة أشخاص.

المقادير:

نصف كلغ دقيق، نصف كأس زيت، ملعقة ملح، فنجان خميرة، ماء دافئ، زيت للقلي.

التحضير: توضع الخميرة في الماء الدافئ في كأس، ثم نضع الدقيق ونضيف إليه الزيت ويدلك جيدا ثم نضيف إليه الملح والخميرة ونبلله بالماء الدافئ ونتركها ترتاح لمدة 30 دقيقة ثم تعجن جيدا وترش بالماء حتى تلين وتصبح طرية، وتشكل قريصات صغيرة ونتركها ترتاح، ثم نبسطها بعود الرشتة، ثم نطويها على شكل مربعات ثم نشقها بالسكين في الوسط على شكل علامة تساوي ونقليها في الزيت. وتقدم ساخنة.



سمنيات المقلاة

لعدة أشخاص.

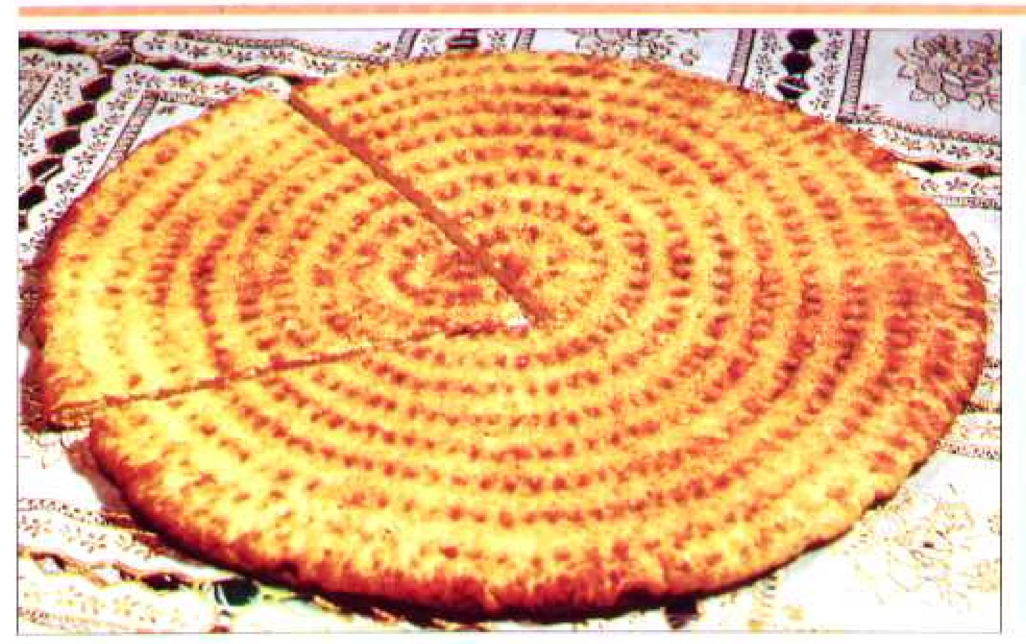
المقادير:

1 كلغ دقيق، ملعقة ملح، ماء بارد، زيت للقلي، عسل.

التحضير: نضع الدقيق في القصعة بعدما يغربل ويضاف له الملح ونبلله بالماء البارد ونتركها ترتاح (العجين) في كيس بلاستيكي ثم نعجنها دون تقطيع ثم نرشها بالماء حتى تلين وتصبح طرية ثم ندهن الصينية بالزيت ونقطعها قريصات صغيرة ونرتبها في الصينية ونتركها ترتاح مدة زمنية، ثم ندهن المائدة بالزيت ونبسط القريصة جيدا على كل سطح المائدة ثم نطويها على شكل مربعات ونقليها في الزيت الساخن حتى تطهى وتحمر ونستمر في العملية حتى ننتهي من كل القريصات.

وتقدم مشحرة بالعسل.

ملاحظة: تحضر سمنيات الطاجين بنفس الطريقة فقط الطهي يكون في الطاجين.



كسرة بالزيت والخميرة

لعدة أشخاص.

المقادير:

4 كلغ دقيق، فنجان صغير خميرة، كأس زيت كبير، ملح، ماء دافئ؛

التحضير: يغربل الدقيق ويوضع في القصعة ويضاف له الزيت ويدلك جيدا ثم نضيف إليه الخميرة والملح ونبلله بالماء الدافئ ونترك (العجين) ترتاح لمدة 20 دقيقة ثم نعجنها جيدا حتى تلين وتصبح رطبة ثم نشكلها قريصات ونتركها ترتاح ثم نبسطها باليد جيدا ونضعها في الطاجين المرقوم (بوحبة) ونثقب الخبزة حتى لا تنتفخ ونتركها تطهى.



الكسرة رخسيس

لـ 4 أشخاص.

المقادير:

4 كلغ دقيق، كأس زيت، ملح، ماء.

التحضير: يغربل الدقيق ويوضع في القصعة ونضيف له الزيت مع الدلك جيدا حتى يجف كل الزيت ثم نضيف الملح ونبلل بالماء ثم نعجنها جيدا حتى تلين ثم نشكلها قريصات متوسطة ونتركها ترتاح ونبسطها بعود الرشتة ونثقبها ثم نطهيها في طاجين مسرح (بدون حبة) ويكون ساخنا.



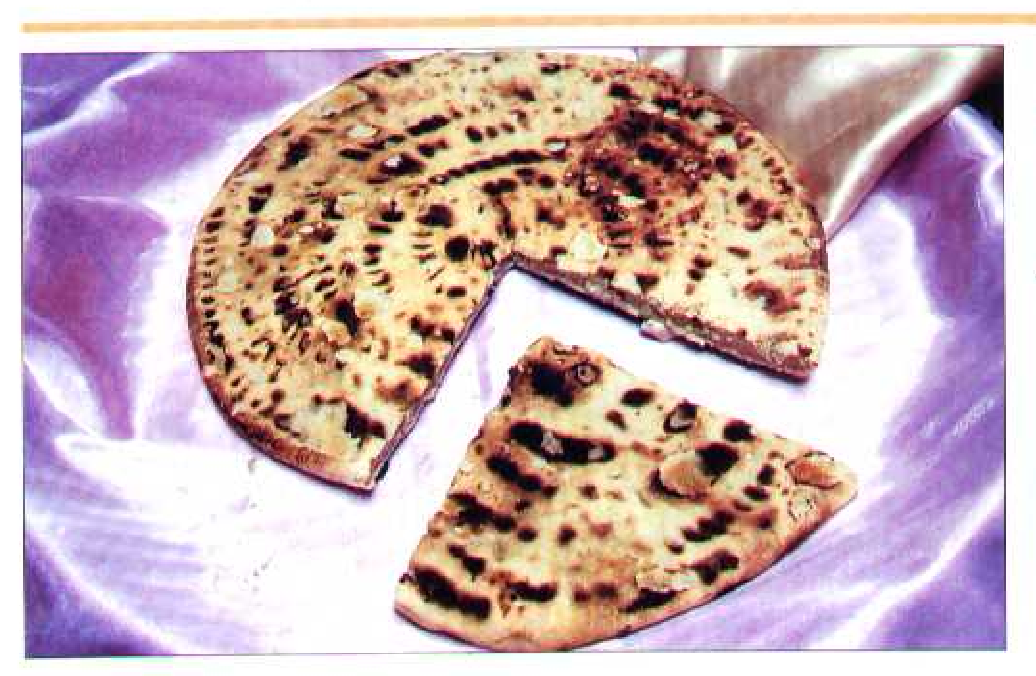
خبز الدّار

لعدة أشخاص.

المقادير:

4 كلغ دقيق، نصف لتر زيت، كأس كبير خميرة، ملعقتين كبيرتين ملح، 3 بيضات، ماء دافئ، سينوج (الحبة السوداء) أو جلجلانية، ملعقتين سمن، كأس حليب.

التحضير: يغربل الدقيق ويوضع في القصعة ويضاف له الزيت وندلك جيدا حتى يمزج، ثم نضيف الخميرة والملح ونبلل بالماء مع إضافة الجلجلانية حتى تصبح طرية ونلفه في قطعة ونتركه حتى يخمر ثم نعجنه عجنا جيدا حتى يصبح رطبا ثم نسقيه بالماء الممزوج بالسمن والحليب مع الدلك وعندما تجف العجينة نكورها كويرات كبيرة وندهن أرضية القصعة ونضعه فيها ونتركه يخمر ثانية ثم بعد ذلك نبسطه في الصينية وندهنه بصفار البيض ونثقبه ونرشه بالحبة السوداء أو البيضاء (جلجلانية أو سينوج) ثم ندخله في الفرن الساخن على نار قوية ثم نتركه حتى يطهى ويحمر جيدا.



كسرة ماء وملح

لعدة أشخاص.

المقادير:

4 كلغ دقيق، ملح، ماء بارد.

التحضير: يغربل الدقيق ويوضع في القصعة ويضاف إليه الملح ونبلله بالماء ثم نعجن (العجين) وندعكها جيدا، ثم نشكلها قريصات كبيرة ونبسطها بعود الرشتة ثم نطهيها في الطاجين المسرّح، لابد أن يكون ساخنا.



الخفاف

لعدة أشخاص.

المقادير:

150غ فرينة، 100 سل زيت، ربع لتر ماء، نصف ملعقة كبيرة سكر، نصف ملعقة صغيرة ملح، 4 بيضات، صفار بيضة.

التحضير: يوضع الماء في إناء ونضيف إليه الزيت والملح والسكر ويوضع على نار متوسطة حتى يغلي ونضيف إليه الفرينة حتى يجف كل الماء وتصبح عجينة متماسكة ثم نرفعها من فوق النار ونتركها تبرد جيدا مع التحريك، ثم نضيف البيض مع الخلط الجيد، ثم ندهن الصينية بالزبدة الجامدة ثم نشكل العجين مستطيلات وندهنها بصفار البيض وندخلها الفرن على نار قوية ولا تفتح باب الفرن حتى تطهى وتحمر. وتقدم أكلة الخفاف مشحرة بالعسل ومرشوشة بالسكر الخشن، ونستطيع حشوها بالمربى أو بالكريم.



قنـــادل

لعدة أشخاص.

المقادير:

3 بيضات، كيسين خميرة كيماوية، قرصة ملح، 1 أفاني، 4 ملاعق فرينة، ملعقة حليب، ملعقتين زيت، زيت للقليان، عسل.

التحضير: يوضع البيض في إناء ويخفق بالشوكة جيدا، ونضيف إليه الأفاني والخميرة، والزيت والحليب، ونستمر في الخفق ثم نضيف إليه الفرينة ونستمر في الخفق ثم نضع الزيت في المقلاة ونتركه يغلي ثم نأخذ العجين بالملعقة ونضعه في الزيت حتى يطهى ويحمر وتستمر العملية حتى ننتهي من كل العجين ثم نضعها في العسل. وتقدم ساخنة أو باردة.



الكسرة بالخميرة

لعدة أشخاص.

المقادير:

3 كلغ دقيق، نصف كأس خميرة، ملعقتين ملح، ماء دافئ.

التحضير: يغربل الدقيق ويوضع في القصعة ونضيف له الخميرة والملح ونبلله بالماء الدافئ ونترك العجينة تخمر في مكان دافئ لمدة 30 دقيقة ثم نعجنها حتى تصبح طرية ونرشها بالماء الدافئ حتى تلين ثم نشكلها إلى قرصات صغيرة ونتركها تطلع لمدة 10 دقائق ونبسطها في القصعة ونتركها مرة أخرى تطلع، ثم نطهيها في طاجين ساخن أو في طاجين مرقوم (بوحبة).



الشريـــك

لـ 4 أشخاص.

المقادير:

1 كلغ دقيق أو فرينة، ملح، كأس زيت، فنجان خميرة، 4 بيضات، فنجان حليب، ماء دافئ، ملعقة سكر، زبدة.

التحضير: يغربل الدقيق ويوضع في القصعة ويضاف له الزيت ويدلك جيدا حتى يجف منه الزيت ونضيف إليه الملح والخميرة ونبلله بالماء الدافئ ونترك العجينة تخمر لمدة نصف ساعة ثم نعجنها جيدا مع التقطيع حتى تلين ثم نرشها بالماء الدافئ والحليب مع إضافة السكر والبيض والزبدة حتى تلين العجينة ثم نشكلها كويرات صغيرة وندهن الصينية (صينية الفرن) بالزيت ونضعها فيها ونتركها ترتاح حتى تخمر (تطلع) فنثقبها وندهنها بصفار البيض ونرشها بالسكر الخشن أو الجلجلانية وندخلها إلى الفرن ونتركها على نار قوية حتى تطهى وتحمرّ جيدا.



كيك مالح بالكاشير



لعدة أشخاص

المقادير:
250 غ فرينة، 200 غ كاشير، 200 غ زيتون مقطع قطعًا صغيرة، 150 غ جبن مرحي، نصف كأس زيت، 4 حبات بيض، كيس خميرة، ربع كأس من الماء، ملعقة خل.

التحضير: نضع 250 غ فرينة في إناء ونضيف إليها 4 حبات بيض ونخلطها جيدًا ثم نضيف إليها نصف كأس زيت ونخلطها حتى تتشرب العجينة الزيت ونضيف إليها ربع كأس من الماء مع ملعقة صغيرة من الخل ونخلطها جيدًا ونضيف إليها الكاشير والزيتون المقطع والمغلي في الماء والجبن المرحي وكيس الخميرة ثم نخلطها وندهن صينية الفرن، ونصب كل الخليط فيها ثم ندخله إلى الفرن ثم نخرجه ونقطعه على شكل مربعات أو مقرودات ونقدمه كوجبة كاملة خفيفة.



كعكة الزيتون



لـ 6 أشخاص.

المقادير:
كأس عصير طماطم حب، بيضتان، 50 غ قشدة، فلفل أسود، 50 غ لحم مفروم، 150 غ زيتون، فلفل أحمر حار، ملح، 250 غ فرينة، 125 غ زبدة، 1/2 كأس ماء.

التحضير: حكّي 125 غ زبدة جيدًا ثم أضيفي لها 250 غ فرينة وقليلا من الملح و1/2 كأس من الماء واعجنيها جيدًا بكف يدك حتى تصبح لينة ثم رشي العجينة بقليل من الفرينة واتركيها في مكان بارد لمدة ساعتين.

بالنسبة للحشو: اخلطي عصير الطماطم والبيض والكريمة (القشدة) ضفي لها اللحم المفروم واسكبيها في إناء ثقيل واخلطيها جيدًا ثم عودي للعجينة واعجنيها مرة ثانية ثم اطرحيها فوق طاولة مرشوشة بالفرينة، اجعلي العجينة فوق القنوط وضعيها في قالب مدهون وأدخليها الفرن الساخن ثم أخرجيها واسكبي الحشو فوقها وزينيها بحبّات الزيتون وضعيها في فرن ساخن وقدمي الكعكة ساخنة.



فطائر السبانخ



لـ ٦ أشخاص.

المقادير:

كأس فرينة، جبن، زيت، سبانخ، ملح، 1/2 كأس عصير ليمون، خميرة، قليل من الماء، بصل، زيت الزيتون.

التحضير: العجين: نضع الفرينة في صحن ونضيف إليها الزيت والملح ونبللها بالماء حتى تكون منها عجينة ونلفها في بلاستيك، ثم نقطع السبانخ ونضعه في وعاء يغلي ونضيف إليه قليلاً من الملح وبعد غليانه نصفيه ونضعه في وعاء ثم نضيف إليه قليلاً من الملح والفلفل الأسود والجبن والفلفل والزيتون والبصل المفروم ناعمًا وقليلاً من عصير الليمون وزيت الزيتون ثم ندهن الصينية ونأخذ العجينة ونبسطها ونقطعها بفم الكأس على شكل دوائر ونحشي الدوائر ونعملها على شكل مثلثات ونضعها في الصينية بعد نضجها وذلك بعد إدخالها إلى الفرن ثم نضعها في صحن.



البوراك بالبيض



لـ 4 أشخاص.

المقادير:

الخطفة بعدد أفراد الأسرة، بيضة لكل ورقة خطفة، بطاطا مسلوقة ومقطعة إلى قطع صغيرة جدا، معدنوس، ملح، فلفل، ليمون، هريسة.

التحضير: خذي ورقة الخطفة ثم اطوي أطرافها نحو الوسط، ضعي فوقها كمية من البطاطا وأكسري فوق البطاطا حبة بيض رشي هذه الأخيرة بالملح والفلفل وقليل من المعدنوس والهريسة، وأغلقي كل الجوانب بحيث تتحصلين على شكل مثلث ثم اقلي كل حبات (البريك) في زيت ساخن، ولما تحمر كل الجوانب صفيها من الزيت وقدميها بالليمون، ويمكن سيدتي إضافة اللحم المرحي بعد طهيه للحشو.

ملاحظة : يمكن استعمالها بالبيض فقط أي بدون البطاطا.

بريوش

لعدة أشخاص.

المقادير:

4 كؤوس فرينة، 4 بيضات ملعقة صغيرة ملح، ملعقتين خميرة، علبة زبدة قليل من السكر.

التحضير: نضع الخميرة مع قليل من السكر والماء الساخن في إناء ثم نضع الفرينة مع الملح والبيض وندلكها جيدا ونضيف إليها الخميرة ونبللها بالماء الساخن ثم نعجنها جيدا ونضيف إليها علبة الزبدة وهي غير مذابة ثم نستمر في العجن حتى تجف كل الزبدة ثم نبسط العجين ونشكله مربعات ونبرمه من جهة إحدى الزوايا إلى الزاوية المقابلة لها (ونستطيع حشوه بما نشاء) ثم ندخله الفرن مع دهنه بصفار البيض ونتركه يحمر. وتقدم حسب الرغبة.

كراب بالفطر



لـ 4 أشخاص.

المقادير:

7 بيضات، 1/2 لتر حليب، 300غ فرينة، قرصة ملح، فطر، بصل ملعقة زبدة، 2 علب بتيسويس (Petit suisse) أو 3 ملاعق كرام فراش.

التحضير: تحضير الكراب: نضع البيض في إناء ونضيف إليه الفرينة ثم الحليب وقرصة ملح، ثم نخفق بخفّاق كهربائي ونواصل الخفق حتى نتحصل على عجين طري بدون حبوب ونتركه يرتاح، ثم نأخذ مقلاة من النوع الجيد وندهنها بالزبدة ونضعها فوق الموقد على نار هادئة ونملأ ملعقة كبيرة بالعجين ونصبها في المقلاة حتى نملأها ثم نغطي كامل سطحها السفلي حتى تجمد العجين ثم نقلبها على الوجه الثاني ثم نرفعها من المقلاة حتّى نكمل كامل العجين ومن جهة أخرى نقطع البصل والفطر إلى قطع صغيرة ونرمي الزبدة في المقلاة ثم نضعها فوق النار حتى تذوب ونضيف إليها البصل حتى يذبل ثم نضيف إليها الفطر ونترك الكل يتقلى لمدة 15 دقيقة ثم نخفق ما تبقى من البيض والكرام فراش ونضيفها إلى خليط الفطر مع التحريك المستمر حتى يجمد ونحشي به الكراب ونطويها على شكل مثلثات ونضعها في صحن التقديم.

بوراك بالجمبري



لـ 4 أشخاص.

المقادير:

50غ جنبري، حبتان من الطماطم، حبة بصل، أربعة رؤوس ثوم، ربع ملعقة صغيرة فلفل أسود، ملح، كمون، ملعقة صغيرة فلفل أحمر، ثلاث ملاعق كبيرة زيت، خطفة.

التحضير: قشري حبات الجمبري وقطعيها إلى قطع صغيرة ثم قشري الطماطم بعد غسلها وقطعيها إلى قطع صغيرة ثم قشري البصل وهشميه ثم امزجي الجمبري والطماطم والبصل والتوابل والزيت في قدر وضعيهم فوق النار لمدة عشر دقائق، ثم أضيفي إليها كأسا من الماء والفلفل الأحمر واستمري في الطهي لمدة 20 دقيقة لما تبرد صلصة الطماطم والجمبري ثم خذي أوراق الخطفة وضعي بها كمية من الحشو ثم اطويها كالسيجار واقليها في زيت ساخن، ثم جففي البوراك من الزيت وقدميه مع الليمون.

فطائر السبانخ





لـ ٦ أشخاص.

المقادير:

كأس فرينة، جبن، زيت، سبانخ، ملح، 1/2 كأس عصير ليمون، خميرة، قليل من الماء، بصل، زيت الزيتون.

التحضير: العجين: نضع الفرينة في صحن ونضيف إليها الزيت والملح ونبللها بالماء حتى تكون منها عجينة ونلفها في بلاستيك، ثم نقطع السبانخ ونضعه في وعاء يغلي ونضيف إليه قليلاً من الملح وبعد غليانه نصفيه ونضعه في وعاء ثم نضيف إليه قليلاً من الملح والفلفل الأسود والجبن والفلفل والزيتون والبصل المفروم ناعمًا وقليلاً من عصير الليمون وزيت الزيتون ثم ندهن الصينية ونأخذ العجينة ونبسطها ونقطعها بفم الكأس على شكل دوائر ونحشي الدوائر ونعملها على شكل مثلثات ونضعها في الصينية بعد نضجها وذلك بعد إدخالها إلى الفرن ثم نضعها في صحن.

البوراك بالبيض





لـ 4 أشخاص.

المقادير:

الخطفة بعدد أفراد الأسرة، بيضة لكل ورقة خطفة، بطاطا مسلوقة ومقطعة إلى قطع صغيرة جدا، معدنوس، ملح، فلفل، ليمون، هريسة.

التحضير: خذي ورقة الخطفة ثم اطوي أطرافها نحو الوسط، ضعي فوقها كمية من البطاطا وأكسري فوق البطاطا حبة بيض رشي هذه الأخيرة بالملح والفلفل وقليل من المعدنوس والهريسة، وأغلقي كل الجوانب بحيث تتحصلين على شكل مثلث ثم اقلي كل حبات (البريك) في زيت ساخن، ولما تحمر كل الجوانب صفيها من الزيت وقدميها بالليمون، ويمكن سيدتي إضافة اللحم المرحي بعد طهيه للحشو.

ملاحظة : يمكن استعمالها بالبيض فقط أي بدون البطاطا.

بريوش

لعدة أشخاص.

المقادير:

4 كؤوس فرينة، 4 بيضات ملعقة صغيرة ملح، ملعقتين خميرة، علبة زبدة قليل من السكر.

التحضير: نضع الخميرة مع قليل من السكر والماء الساخن في إناء ثم نضع الفرينة مع الملح والبيض وندلكها جيدا ونضيف إليها الخميرة ونبللها بالماء الساخن ثم نعجنها جيدا ونضيف إليها علبة الزبدة وهي غير مذابة ثم نستمر في العجن حتى تجف كل الزبدة ثم نبسط العجين ونشكله مربعات ونبرمه من جهة إحدى الزوايا إلى الزاوية المقابلة لها (ونستطيع حشوه بما نشاء) ثم ندخله الفرن مع دهنه بصفار البيض ونتركه يحمر. وتقدم حسب الرغبة.

كراب بالفطر



لـ 4 أشخاص.

المقادير:

7 بيضات، 1/2 لتر حليب، 300 غ فرينة، قرصة ملح، فطر، بصل ملعقة زبدة، 2 علب بتيسويس (Petit suisse) أو 3 ملاعق كرام فراش.

التحضير: تحضير الكراب: نضع البيض في إناء ونضيف إليه الفرينة ثم الحليب وقرصة ملح، ثم نخفق بخفّاق كهربائي ونواصل الخفق حتى نتحصل على عجين طري بدون حبوب ونتركه يرتاح، ثم نأخذ مقلاة من النوع الجيد وندهنها بالزبدة ونضعها فوق الموقد على نار هادئة ونملأ ملعقة كبيرة بالعجين ونصبها في المقلاة حتى نملأها ثم نغطي كامل سطحها السفلي حتى تجمد العجين ثم نقلبها على الوجه الثاني ثم نرفعها من المقلاة حتّى نكمل كامل العجين ومن جهة أخرى نقطع البصل والفطر إلى قطع صغيرة ونرمي الزبدة في المقلاة ثم نضعها فوق النار حتى تذوب ونضيف إليها البصل حتى يذبل ثم نضيف إليها الفطر ونترك الكل يتقلى لمدة 15 دقيقة ثم نخفق ما تبقى من البيض والكرام فراش ونضيفها إلى خليط الفطر مع التحريك المستمر حتى يجمد ونحشي به الكراب ونطويها على شكل مثلثات ونضعها في صحن التقديم.

بوراك بالجمبري



لـ 4 أشخاص.

المقادير:

50 غ جنبري، حبتان من الطماطم، حبة بصل، أربعة رؤوس ثوم، ربع ملعقة صغيرة فلفل أسود، ملح، كمون، ملعقة صغيرة فلفل أحمر، ثلاث ملاعق كبيرة زيت، خطفة.

التحضير: قشري حبات الجمبري وقطعيها إلى قطع صغيرة ثم قشري الطماطم بعد غسلها وقطعيها إلى قطع صغيرة ثم قشري البصل وهشميه ثم امزجي الجمبري والطماطم والبصل والتوابل والزيت في قدر وضعيهم فوق النار لمدة عشر دقائق، ثم أضيفي إليها كأسا من الماء والفلفل الأحمر واستمري في الطهي لمدة 20 دقيقة لما تبرد صلصة الطماطم والجمبري ثم خذي أوراق الخطفة وضعي بها كمية من الحشو ثم اطويها كالسيجار واقليها في زيت ساخن، ثم جففي البوراك من الزيت وقدميه مع الليمون.



تحضير الياؤورت

لـ 8 أشخاص.

المقادير:

علبتان ياؤورت، أفاني، كأسين سكر، 3 لترات حليب.

التحضير: نأخذ لترا واحدا حليبا ونضيف له الفاني والسكر والياؤورت ونخلط الكل جيدا، ثم نغلي اللترين الباقيين من الحليب ونتركه 3 دقائق ليبرد قليلا ثم نضيفه إلى الخليط ثم نضعه في قدرة كبيرة (إناء كبير) ونغطيها جيدا حتى لا يسمح للهواء بالدخول ونتركها هكذا الليلة كاملة. ثم يقدم باردا.



معجون (مربى) البرتقال



لعدة أشخاص.

المقادير:

1 كلغ برتقال، نصف كلغ سكر، لترين ماء، ماء الزهر، قرفة.

التحضير: ينظف البرتقال ويقطع قطعا صغيرة مع قشوره ثم نضعه في إناء للطهي على نار متوسطة مع إضافة الماء ويترك 20 دقيقة ثم نصفيه ونفرمه، ثم نأخذ مقدارا من البرتقال ومثله ماء ومثله سكرا ونتركه على النار حتى يعقد جيدا وعندها نضيف إليه ماء الزهر والقرفة ونتركه يطهى حتى يجف كل الماء لمدة 10 دقائق.

وعندما يبرد يوضع في آنية زجاجية.

ملاحظة: يمكن تحضير معجون البرتقال على شكل أبراج



تحضير الهريسة الحارة

لـ 6 أشخاص.

المقادير:

2 كلغ فلفل حلو أحمر اللون،
1 كلغ فلفل حار أحمر اللون،
قليل من الملح، الزيت الكروية.

التحضير: ينظف الفلفل الحلو والحار من البدور، ويوضع في كسكاس ليفور جيدا، ثم نفرمه جيدا بآلة الفرم الكهربائية أو اليدوية، ثم نصفيه في قطعة قماش ونتركه فيها حتى يجف ثم نضيف له الملح والكروية، ثم نأخذ آنية زجاجية وندهنها من الداخل بقليل من الزيت ونصب فيها الهريسة ونضع الزجاجة في الثلاجة ويمكن أن نبدأ في استعمالها بعد الانتهاء من الإعداد مباشرة.

ملاحظة : يمكن إضافة الثوم مرحي إليها.



تحضير الجبن (فرماج)



لـ 5 أشخاص.

المقادير:

3 لترات حليب رايب، نصف ملعقة زبدة، قليل من الملح، ملعقة صغيرة بكربونات، قطعة صغيرة جبن صناعي، بيضة، ملعقة خل.

التحضير: نأخذ الحليب ونضعه يغلي فوق نار هادئة وعند غليانه يصفى في قطعة قماش ونتركه يجف، ثم يوضع في إناء للطهي ونضيف له الملح والبيكاربونات والخل وقطعة الجبن، والزبدة، ونخلط الجميع جيدا ثم نضع المزيج فوق نار ضعيفة ثم نضيف له البيضة مع التحريك المستمر حتى يجمد الخليط ثم نضعه في صحن كبير ونقطعه إلى مثلثات صغيرة، ثم يوضع في الثلاجة.

ويقدم مع كل الوجبات حسب الرغبة.



تحضير الزيتون المصبر

لعدة أشخاص.

المقادير:

4 كلغ زيتون، ماء ساخن، ملح.

التحضير: نشق حبات الزيتون بثلاث شقات (تقطيع بالسكين) ويوضع في إناء كبير ويصب عليه الماء المغلي ونضيف إليه الملح ونتركه هكذا لمدة 3 أيام، ثم نصفيه ونكرر العملية مرة أخرى بالماء المغلي والملح ويترك كذلك ثلاثة أيام وبعدها يصفى من هذا الماء ثم نضيف له ماءً جديدًا مغلّى مع الملح ونتركه مدة حتى ينضج تقريبًا أسبوعا كاملا. ويقدم مع الوجبات اليومية.



تحضير البسيسة قمح محمص

لعدة أشخاص.

المقادير:

2 كلغ قمح، نصف كلغ حمص.

التحضير: يوضع القمح والحمص بعد تنقيتهما، ثم نحمصهما في الطاجين حتى يحمران، ثم ننزعهما من الطاجين ونرحيهما، ثم نغربل الناتج بالغربال لنزع الخشن والقشرة ولا يبقى غير الدقيق الرطب.

معجون العنب





لعدة أشخاص.

المقادير:

2 كلغ عنب، 1 كلغ سكر، لترا من الماء، قرفة وماء زهر.

التحضير: ينظف العنب ويوضع في إناء للطهي مع إضافة الماء إليه ونتركه حتى يغلي جيدا، ثم نصفيه في كسكاس وننقيه من النواة ثم نكيل مقدارا عنب ومقدارا سكر ومقدارا ماء ونضع الكل على نار متوسطة الحرارة ونتركه حتى يعقد ثم نضيف ماء الزهر والقرفة. ويقدم في فطور الصباح.

ملاحظة: يمكن أن نطهيه مع السكر فقط بدون ماء

معجون السفرجل





لعدة أشخاص.

المقادير:

2 كلغ سفرجل، 2 كلغ سكر، لترين ماء ، ماء الزهر.

التحضير: يقشر السفرجل وينظف ويقطع أبراجا كبيرة ويبلل بالليمون ويوضع في إناء للطهي ونضيف له الماء والسكر ونتركه يطهى لمدة 40 دقيقة ونضيف إليه ماء الزهر مع التحريك المستمر ونتركه حتى يتكثف على نار قوية. وعندما يبرد يوضع في آنية زجاج.



معجون التفاح



لعدة أشخاص.

المقادير:

3 كلغ تفاح، كلغ واحد سكر، لتر ماء، قليل من ماء الزهر حبة ليمون.

التحضير: يقشر التفاح ويوضع في كسكاس ، نضع الماء في القدر ونضع عليه كسكاس التفاح ليفور.

ومن جهة أخرى نضع السكر وماء التفاح ونتركهما يغليان مع إضافة التفاح المطبوخ على البخار وحتى يصبح عسل ونتركه مرة أخرى على النار حتى يعقد مع إضافة قليل من عصير الليمون وماء الزهر ثم نطفيء النار ونتركه حتى يبرد وبعد ذلك نصبه في آنيات (بلارة) زجاجية ويقدم في جميع الأوقات حسب الرغبة.

ملاحظة: يمكن تحضير معجون الإجاص بنفس الطريقة



معجون حب الملوك



لعدة أشخاص.

المقادير:

2 كلغ حب الملوك، ماء، 1 كلغ سكر، ماء زهر.

التحضير:

ينظف حب الملوك ولا ننزع منه النواة، ثم نضعه في إناء للطهي مع الماء والسكر فوق نار متوسطة مع التحريك المستمر ثم ننزع الرغوة التي تظهر في الأعلى ثم نتركه يعقد مع إضافة ماء الزهر. ونضعه في آنية زجاجية.



معجون الفراولة

لـ 6 أشخاص.

المقادير:

1/2 لتر عسل سكر، 1 كلغ فراولة، ملعقة عصير ليمون.

التحضير: نضع العسل حتى يغلي ونضيف إليه الفراولة بعد تنظيفها مع نزع الرغدة ونضيف إليها عصير الليمون حتى يعقد ونرفعه من فوق النار ونضعه في زجاجات معقمة ونحفظه في الثلاجة.



مشروب حليب بالفراولة

لـ 5 أشخاص.

المقادير:

لتر من الحليب الرايب قليل من السكر، قليل من عصير الفراولة.

التحضير: نضع الحليب في إناء ونضيف له عصير الفراولة ثم نخلطه جيدا حتى يمتزج الخليط ثم نضيف إليه السكر ثم نضعه في إناء زجاجي ونتركه يبرد في الثلاجة.



معجون الإجاص المرحي



لعدة أشخاص.

المقادير:

3 كلغ إجاص، لتر ماء، نصف كلغ سكر، ماء زهر، ليمون.

التحضير: ينظف الإجاص ويقشر ويقطع ويوضع في إناء مع الماء حتى يطهى لمدة ربع ساعة ثم يصفى ويرحى ثم نأخذ الماء الذي طهي فيه ونضيف له السكر ونتركه حتى يقرب أن يعقد ونضيف له الإجاص المرحي ونتركه يطهى مرة أخرى حتى يعقد وبعدها نضيف له عصير الليمون وماء الزهر. وعندما يبرد نضعه في إناء زجاجي.



معجون المشمش

لعدة أشخاص.

المقادير:

2 كلغ مشمش، كلغ واحد سكر، لتر ماء، قرفة، قليل من ماء الزهر، حبة ليمون.

التحضير: نأخذ المشمش، ونضعه في إناء للطهي، وهذا بعد تنظيفه ثم نضيف إليه الماء والسكر ونتركه يطهى على نار متوسطة مدة 40 دقيقة ثم نضيف له الليمون وماء الزهر، ونتركه فوق النار حتى يتخثر ثم نطفئ الموقد ونتركه يبرد وبعد ذلك يصب في آنيات (بلارات) زجاجية ويقدم في جميع الأوقات حسب الرغبة.



محلبـــــــي



لـ 5 أشخاص.

المقادير:

نصف لتر حليب، 4 ملاعق أرز، 10 حبات سكر، ماء الزهر، قليل من اللوز المرحي، قرنفل.

التحضير: يوضع الحليب في إناء للطهي ونضيف له السكر والأرز ثم نتركه فوق نار ضعيفة حتى يجمد (يتكثف) وقبل أن يجمد نهائيا نضيف له ماء الزهر، ثم نضعه في صحن ونزينه بحبات اللوز المرحي أو القرنفل.



معجون الخوخ



لعدة أشخاص.

المقادير:

1 كلغ خوخ، سكر، ماء زهر.

التحضير: ينظف الخوخ ويوضع في وعاء ونصب عليه السكر ثم نتركه ليلة كاملة حتى يتخمر ويخرج ماءه. وفي الغد نضعه فوق النار ليطهى حتى يعقد ثم نضيف له قليلا من ماء الزهر.

ملاحظة: يمكن أن نعمل 1/2 ل عسل ونرمي الخوخ بدل السكر.

عصير الليمون





لعدة أشخاص.

المقادير:

1 كلغ ليمون، ملعقة غبرة (سكريت Acide Sucrite)، لتر ماء، 1 كلغ سكر غبرة (7 لترات ماء للتحضير).

التحضير: ينظف الليمون جيدا ويقطع دون أن يقشر إلى قطع صغيرة ثم يوضع في إناء ونضيف له لترا واحدا من الماء ونتركه يطهى لمدة 20 دقيقة على نار متوسطة، حتى يصبح الماء موازيا لليمون ثم نرفعه من فوق النار ونفرمه جيدا ثم نضيف إليه 7 لترات من الماء البارد ثم نضيف السكر وغبرة السكريت ثم نصفي هذا الخليط في قطعة قماش أو مصفاة ثم نضعه في آنية زجاجية ونضعه في الثلاجة.

ملاحظة: يحضر عصير البرتقال بنفس الطريقة وبنفس الكميات

ديسار بلسان القط



لـ 5 أشخاص.

المقادير:

30 حبة من بسكويت لسان القط، علبة بسكويت دائري، كأس حليب، كريمة شنتي، حبة حب الملوك المصبر، عجينة اللوز الملونة، علبة شكولاطة قطع.

التحضير نأخذ علبة الشكولاطة نضعها في إناء ثم نصب عليها الحليب ونضعها فوق النار حتى تذوب ثم نرفعها من فوق النار ونضيف إليها البسكويت الدائري حتى يذوب ويصبح سائلا ثقيلا ثم نأخذ قالبا دائريا ونفرشه بقطعة من الورق الشفاف ثم نصُفُّ حبات البسكويت (لسان القط) في قعر القالب وعلى الجوانب ثم نصب عليه سائل الشكولاطة ثم نفرش طبقة أخرى من بسكويت لسان القط ثم نصب عليه السائل حتى نكمل كل من البسكويت والسائل نخفق كريم شانتي ونزين بها من فوق ونضع حبة الملوك المصبر من فوق ثم نأخذ عجينة اللوز ونقطعها على شكل مثلثات ونزين بها الجوانب.



مربى (معجون) البرتقال بالقشور



لعدة أشخاص.

المقادير:

1 كلغ برتقال، 1 كلغ سكر، 1/2 كأس من الماء.

التحضير: نضع البرتقال في الماء بالقشور ليغلي لمدة 15 د ثم ننزعه من الماء ونقطعه على شكل حلقات ثم نضعه في إناء بلاستيكي ونضيف إليه 1/2 كأسا من الماء ونتركها في الثلاجة ليلة كاملة بعد ذلك نضعها على النار وتكون هادئة بدون تغطية الإناء وبعد نضجها تتركينه يبرد ثم تفرغينه في زجاجات فارغة ومعقمة وتحفظينها في الثلاجة.



مربى البرقوق (معجون عين البقرة)



لعدة أشخاص

المقادير:

كيلة برقوق طازج، كيلة إلّا ربع سكر، ماء زهر، حبة ليمون.

التحضير: ننظف البرقوق ونثقبه ونضعه في القدر نضيف إليه السكر ونضعه فوق النار الهادئة ونتركها تطهى ثم نضيف إليه الليمون ونتركه يطهى حتى يعقّد بعد ذلك نضيف إليه قطرات من ماء الزهر حسب الذوق ثم بعد ذلك نتركه يبرد ونفرغه في علب زجاجية معقمة وتحفظ في الثلاجة.



ديسار الفواكه بعصير الليمون



لـ 5 أشخاص

المقادير:

3 حبات خوخ، 3 حبات تفاح، حفنة فراز «فراولة»، حفنة حب ملوك، حفنة توت، 3 حبات مشمش، حبتين من الموز، كأس عصير ليمون، شرائح من الأناناس، 250 غ سكر عادي، قطعة زبدة.

التحضير: ننظف كل الفواكه ونقطعها إلى مكعبات ونضعها في إناء ثم نرشها بالسكر ونصب عليها عصير الليمون نتركها لمدة نصف ساعة في الثلاجة ثم نأخذ مقلاة ونذوب فيها الزبدة ثم نضيف لها ملعقة سكر ونصب عليها الخليط ونضعها فوق النار لمدة 5 دقائق ثم نرفعها وندخلها الثلاجة ثم نقدمها مع شرائح من الأناناس.



ديسار البطيخ

لـ 5 أشخاص

المقادير:

بطيخة صفراء، 2 حبات موز، 2 حبات خوخ، قليل من الفراز، قليل من حب الملوك، توت أخضر، 250 غ سكر ناعم، 4 حبات جبن، 2 أفاني، ملعقة ماء زهر، عصير حبة ليمون، كيس كريم شانتي، 1/2 كأس حليب.

التحضير: بعد فتح البطيخة على شكل زهرة نخرج ما في داخلها ونقطعه على شكل مربعات صغيرة ونقطع كذلك جميع الفواكه نرشها بالسكر الرطب ونعصر عليها الليمون ونصب كذلك عليها ماء الزهر وندخلها إلى الثلاجة ومن جهة أخرى نخفق الجبن والأفاني حتى يطلع الخليط ثم نخلط جميع الفواكه معه ونعمر البطيخة بهذا الخليط ونزينها بقليل من الكرام شانتي وحبات الملوك من فوق.

عصير التفاح

لـ 5 أشخاص.

المقادير:

1 كلغ تفاح، حبة ليمون، الماء، السكر.

التحضير: ينظف التفاح ثم يفرم في آلة فرم مع كأس ماء، ثم نضيف حوالي إليه لتر ماء وعصير حبة الليمون، ونصف السكر ثم نصفي هذا الخليط في قطعة قماش شفافة ثم يوضع في الثلاجة ويقدم باردا.

تحضير الفريك

المقادير:

4 كلغ فريك، كأس ملح، ماء.

التحضير: ينقى الفريك جيدا ثم يبلل بالماء (يسوّم) جيدا لعدة مرات حتى يصبح نظيفا ثم نضيف له الملح ونحركه جيدا حتى يذوب الملح فيه ونتركه ليلة كاملة يرتاح ثم في الغد نضعه في الشمس ليجف حتى يصبح صلبا ثم نرحيه في المنزل أو عند بعض الدكاكين المختصين، ثم بعد ذلك يغربل بالغربال ونفرق الغليظ وحده ويوضع جانبا والرقيق وحده كذلك ثم نخلط 3 مقادير خشن مع مقدار واحد رطب لاستعماله في الشربة (الجاري).

معجون البرتقال والليمون

20 دقيقة

لعدة أشخاص.

المقادير:

حبة برتقال، حبة ليمون، كلغ سكر، لتر ماء.

التحضير: نضع حبة البرتقال وحبة الليمون في المثلج حتى تجمد جيدا ثم نفرمها في المحك، ونضعها في القدر ونضيف الماء والسكر، ونتركها تطهى حتى تعقد.

معجون البرتقال مقشر

30 دقيقة

المقادير:



1كلغ برتقال، 1كلغ سكر، نصف كأس ماء.

التحضير: نقشر البرتقال ونضعه في الماء المغلي لمدة 10 دقائق ثم ننزعه ونضعه في ماء بارد ونتركه لمدة ليلتين مع تغيير الماء في الليلة الثانية ثم نأخذ البرتقال ونضعه في إناء للطهي ونضيف له السكر ونصف كأس ماء ونتركه ينضج مع مراعاة عدم تغطية إناء الطهي وبعد ذلك نفرغه في زجاجات فارغة ومعقمة وتحفظ في الثلاجة.

صوربي الخوخ

15 دقيقة لـ 4 أشخاص.

المقادير:
1كلغ خوخ، 300غ سكر، حبة ليمون، 1/2 كأس ماء.

التحضير: نضع السكر والماء فوق النار حتى يعقد ثم نتركه يبرد، ثم نقشر الخوخ في ماء ساخن أي نضع حبات الخوخ في ماء ساخن لمدة دقيقتين ثم نفرم الخوخ ونضيف إليه عصير الليمون والعسل ونخلط الكل جيدًا ونصبه في قوالب وندخله إلى الثلاجة ليتجمد.

ملاحظة : نفس الطريقة بالنسبة للمشمش والفراولة

معجون البطاطا

1 ساعة لعدة أشخاص

المقادير:
1كلغ بطاطا حلوة، كيلو إلا ربع سكر عادي، 1 أفاني، كأس ماء.

التحضير: نضع 1 كلغ من البطاطا الحلوة في كاسرونة ونضيف لها كأس ماء والفانيلية ثم نضعها على نار متوسطة وعندما تطهى البطاطا نضيف إليها السكر دون أن نضيف الماء ونتركها حتى تعقد (تتكثف).

ملاحظة : تقطع البطاطا إلى مربعات صغيرة.

معجون الجزر

20 دقيقة لعدة أشخاص.

المقادير:
2 كيلات جزر مرحي، كيلة سكر، 1 أفاني، عصير البرتقال.

التحضير: نضع الجزر يغلي في لتر من الماء لمدة 15 دقيقة بعد ذلك نصفيه ونفرمه في حكاكة البصل ونضعه في إناء ونضيف له السكر وعصير البرتقال والأفاني ونضعه في الثلاجة لمدة ليلة كاملة وفي اليوم التالي نضعه فوق النار ونتركه يطهى حتى يعقد ونقدمه في إناء زجاجي ويزين حسب الرغبة.

ملاحظة: نستطيع أن نضيف له عصير حبة ليمون

ديسار بالليمون

20 دقيقة لـ 4 أشخاص

المقادير:
6 بيضات، 20غ حليب، 20غ قشطة (كرام فراش)، 20 غ عصير ليمون، قشور ليمون، 1 أفاني، 80غ سكر.

التحضير: نضع الحليب في كاسرونة ونضيف إليه 40غ سكر والكرام فراش والأفاني ثم نخلط الكل فوق النار ثم نتجه إلى البيض فنكسره في إناء ثم نضيف له 40غ سكر الباقية ثم نخلطه جيدًا ثم نضيف إليه عصير الليمون وقشور الليمون ثم نضيف الخليط إلى الحليب ونخلط الكل ونضعه في قوالب ثم نتركه يبرد مدة معينة ثم ندخله إلى الفرن 15 دقيقة ثم نخرجه من الفرن ونرش فوقه السكر ونحرق السكر (بالشاليمو) أو ندخله الفرن.

ونقدمه على شكل ديسار.